

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
FILOZOFICKÁ FAKULTA
KATEDRA ANDRAGOGIKY A PERSONÁLNÍHO ŘÍZENÍ

Bc. Kateřina Němcová

Možnosti vzdělávání seniorů v Ústeckém kraji

Education opportunities for older adults in the region of Ústí

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Praha 2015

Vedoucí práce:

PhDr. Michal Šerák, PhD.

Prohlašuji,

že tuto diplomovou práci jsem vypracovala samostatně, že v ní řádně cituji všechny použité prameny a literaturu a že tato práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.

.....

datum

.....

podpis autorky

Poděkování

Na tomto místě bych ráda poděkovala PhDr. Michalu Šerákovi, Ph.D. za cenné připomínky a konzultace a všem respondentům, kteří se zúčastnili dotazníkového šetření.

Abstrakt

Tato diplomová práce se zabývá problematikou možností vzdělávání ve stáří. První část práce je zaměřena na charakteristiku seniorského věku a všechny změny se stářím spojené, přibližuje postavení seniora ve společnosti a popisuje specifika vzdělávání ve stáří. Závěrečná kapitola této části přináší přehled institucí, ve kterých se lze ve stáří vzdělávat. Práce je zpracována formou komparace odborných pramenů od českých i zahraničních autorů. Druhou část práce tvoří empirická studie, realizovaná dotazníkovým šetřením, jejíž hlavním cílem je zjistit, které instituce v Ústeckém kraji, poskytující vzdělávání ve stáří, jsou respondentům známy.

Klíčová slova:

možnosti vzdělávání seniorů, senior, stárnutí, stáří, Ústecký kraj, vzdělávání ve stáří

Summary

This thesis presents education opportunities for older adults. First part of the thesis is focused on an old age characteristic and all changes that this period of life brings, describes position of older adults in the society and elderly education specifics. Final chapter of this part of the thesis is dedicated to the list of institutions, where older adults can be educated. The thesis is written in a sense of comparison of scholarly sources from both Czech and foreign authors. The second part of this thesis presents empirical study, which was created by quantitative questionnaire survey. Main goal of this part is to find out, which institutions in Region of Ústí, that provides education for older adults, are well known for the respondents.

Key words:

ageing, elderly education, education opportunities for older adults, old age, Region of Ústí

Obsah

0	Úvod	8
1	Stárnutí	11
1.1	Demografický vývoj.....	13
1.2	Změny ve stáří.....	15
1.2.1	Duševní změny ve stáří	16
1.2.2	Sociální změny ve stáří	17
1.2.3	Biologické změny ve stáří.....	18
1.3	Aktivní stárnutí.....	19
1.4	Vyrovňávání se s vlastním stárnutím	20
2	Společnost a stárnutí.....	23
2.1	Mezigenerační a sociální vztahy ve stáří	23
2.2	Ageismus.....	25
3	Edukace seniorů.....	29
3.1	Preseniorská edukace	29
3.2	Proseniorská edukace	30
3.3	Vlastní seniorská edukace	31
3.3.1	Specifika vzdělávání seniorů.....	32
3.3.2	Motivace ve vzdělávání seniorů	34
3.3.3	Bariéry ve vzdělávání seniorů	35
4	Možnosti vzdělávání seniorů v České republice.....	37
4.1	Univerzity třetího věku	37
4.2	Akademie třetího věku	38
4.3	Další instituce poskytující vzdělávání seniorů	39
5	Empirické šetření – Možnosti vzdělávání seniorů v Ústeckém kraji	40
5.1	Představení Ústeckého kraje a možností vzdělávání	40
5.1.1	Univerzity třetího věku	41
5.1.2	Knihovny.....	42
5.1.3	Kluby seniorů	43

5.1.4	Další instituce zmíněné v dotazníkovém šetření	43
5.2	Metodika šetření	43
5.2.1	Cíle šetření	43
5.2.2	Hypotézy šetření	44
5.2.3	Metodika zkoumání	45
5.2.4	Charakteristika výzkumného vzorku	46
5.2.5	Sběr a vyhodnocení dat	47
5.3	Výsledky šetření	47
5.4	Analýza dat	55
5.5	Shrnutí empirického šetření	61
5.6	Diskuze k empirickému šetření	62
6	Závěr	65
7	Soupis bibliografických citací	67
8	Přílohy	78

0 Úvod

Stárnutí je proces, který postihuje každého z nás ve všech obdobích našeho života. Stárání bylo a bude ve společnosti vždy přítomno, i když se může např. z médií zdát, že se stárnutí dnešní společnosti netýká. Dnešní společnost spíše oceňuje výkonnost, fyzickou atraktivitu a úspěch, což nejsou atributy, které by byly obvykle spojovány se stářím. V budoucnu se celosvětově budou počty lidí v seniorském věku zvyšovat a díky neustále se rozvíjející zdravotnické péči a zdravému životnímu stylu lze očekávat, že budoucí senioři budou chtít své stárání prožívat mnohem aktivnějším způsobem než generace před nimi. Budou se chtít aktivně podílet na společenském dění, budou se vzdělávat a zároveň budou, vzhledem ke zvyšujícímu věku odchodu do důchodu, déle pracovat. Podle některých optimistických předpokladů budou v budoucnu mít senioři stejné společenské postavení jako mladší generace, protože se jejich počty vyrovnají a už nebude možné seniory dále přehlížet.

I současní senioři projevují stále vyšší zájem o aktivní prožívání stárání, a to zejména o vzdělávání. To dokazují např. stále se zvyšující počty přihlášek na univerzity třetího věku. Vzdělávání ve stárání je cestou k lepšímu prožití stárání, protože poskytuje nejen teoretické informace, ale také praktické znalosti, které seniorům pomáhají v orientaci v prostředí plném změn. Participace na organizovaném vzdělávání má pro seniory i sociální rozměr, kdy se touto cestou mají možnost setkávat s vrstevníky a navazovat nová přátelství. Organizátoři by při přípravě vzdělávacích aktivit měli myslet na to, že senioři jsou specifickou vzdělávací skupinou a vzdělávací akce jim určená musí splňovat určitá kritéria jako je např. bezbariérovost, hlasitost výkladu, tempo výkladu atd.

Cílem práce je analýza společenského postavení seniorů, specifík vzdělávání seniorů a možností vzdělávání seniorů. Cílem empirického šetření je zmapování možností vzdělávání seniorů v některých městech Ústeckého kraje. Možností vzdělávacích aktivit je v České republice celá řada. Otázkou ale je, nakolik jsou o vzdělávacích aktivitách informováni právě obyvatelé krajů, měst a obcí. Cílem empirického šetření je zmapovat možnosti vzdělávání právě z pohledu respondentů. Dílčími cíli šetření je identifikace nejnavštěvovanějších vzdělávacích institucí v těchto městech a identifikace bariér, které

brání respondentům v účasti na vzdělávání. Posledním dílčím cílem je zjištění, zda má věk respondenta vliv na zkušenost s ageistickým chováním vůči jeho osobě.

Problematika stárnutí, stáří a vzdělávání ve stáří je v odborné literatuře české, slovenské i zahraniční zpracována poměrně hojně. Jednou z nejkompexnějších publikací na téma vzdělávání seniorů je Úvod do gerontopedagogiky Emila Livečky z roku 1979. Mezi současné významné autory v oblasti vzdělávání ve stáří patří Petřková, Čornaničová nebo Balogová, ze zahraničních autorů jsou to např. Findsen a Formosa. Celá řada současných publikací se v rámci problematiky stárnutí zabývá ageismem – diskriminací na základě věku (Vidovičová, Palmore), postavením seniorů ve společnosti (Haškovcová, Kalvach), změnami ve stáří (Křivohlavý, Vágnerová, Kalvach, Stuart-Hamilton).

První kapitola této diplomové práce slouží především k vymezení základních pojmů jako je stárnutí a stáří. Ve stáří dochází ke změnám nejen biologickým, ale také psychickým a sociálním. Tyto změny jsou navzájem propojeny a výrazně se ovlivňují. Každý člověk se se změnami vyrovnává jinak, velmi záleží na životním stylu a sociálních vztazích udržovaných v průběhu celého života. V rámci první kapitoly je také uveden demografický vývoj a prognózy dalšího demografického vývoje, který dokazuje, že společnost bude nadále stárnout. Jen za několik desítek let budou obyvatelé starší 65 let tvořit až třetinu obyvatelstva. Celý vyspělý svět se snaží tomuto faktu přizpůsobit pomocí konceptů aktivního stárnutí, které mají pomoci k zapojení seniorů do aktivního života ve státě.

Druhá kapitola se zabývá změnou vnímání stáří ve společnosti. V dřívějších dobách, kdy bylo méně pravděpodobné, že se člověk dožije vyššího věku, bylo stáří obdivováno a starý člověk byl ve společnosti velmi ctěn. Od dob, kdy se stáří stávalo stále méně neobvyklé, se změnil i přístup společnosti k němu. Dnes se na rozdíl od dávných dob stará o své obyvatele stát, starost o starého člověka už není v rukou rodiny. Ekonomicky aktivní obyvatelstvo podle průzkumů negativně vnímá finanční podporu státu směrem k seniorům. Mediální obraz seniorského věku přispívá k stereotypizaci, kdy je senior vnímán jako člověk neznalý, pomalý a celkově neužitečný.

Třetí kapitola je věnována vzdělávání seniorů a jeho specifikům. V rámci této kapitoly je zmíněna i příprava na stáří v rámci preseniorské edukace, kdy se člověk na stáří

může připravovat v průběhu celého života. Vzdělávání seniorů probíhá také v rámci mezigeneračního vzdělávání, které obohacuje všechny zúčastněné generace a napomáhá tak předcházet ageismu. Vlastní seniorská edukace má svá specifika, která je třeba mít na paměti při přípravě vzdělávací akce. Seniori mají mnohdy k účasti na vzdělávání odlišné motivy než lidé v produktivním věku. Kromě touhy po získání nových poznatků se seniori často touží prostřednictvím vzdělávání udržovat v dobré psychické kondici, ale velmi zásadním motivem jsou pro ně i sociální kontakty a snížení pocitu osamocení. I přes celou řadu výhod vzdělávání ve stáří, brání seniorům v účasti na nich celá řada bariér, ať už psychických (chybějící motivace, nízké sebevědomí) nebo bariér na straně pořadatele akcí (nevhodný program, špatná dostupnost).

Ve čtvrté kapitole jsou popsány instituce poskytující vzdělávání ve stáří, které jsou nejčastěji uváděny v odborné literatuře. Těmi nejznámějšími jsou univerzity třetího věku (U3V), které mají v ČR tradici od druhé poloviny 80. let a zájem o ně neustále narůstá. Často zmiňovanými jsou i akademie třetího věku, které vznikají tam, kde je horší dostupnost U3V. V kapitole jsou krátce popsány i kluby pro seniory a univerzity volného času.

Pátá kapitola je věnována empirickému šetření, které zkoumá informovanost respondentů o možnostech vzdělávání v některých městech Ústeckého kraje, zkoumá v jakých institucích se respondenti nejčastěji vzdělávají, co brání respondentům v účasti na vzdělávání a zda má věk vliv na zkušenost s diskriminací na základě věku. Ústecký kraj byl vybrán pro svou specifickou situaci, jedná se o kraj s nejvyšší nezaměstnaností a nejvyšším poměrem obyvatel se základním vzděláním z celé České republiky.

1 Stárnutí

Stárnutí je přirozený biologický proces, který probíhá u všech organismů od početí do smrti. „*Stárnutí probíhá kontinuálně od početí, ale za jeho skutečný projev je považován teprve pokles funkcí, který nastává po dosažení sexuální dospělosti.*” (Kalvach, 2004, s. 67). Rychlost stárnutí ovlivňuje celá řada faktorů, jako je např. genetická výbava, zdravotní stav, životní podmínky, sociální vztahy s rodinou a okolím a životní styl. Podle Mühlpachra může být průběh stárnutí také modulován: „*pozdními důsledky zásahů (vlivů) v tzv. kritických vývojových periodách, vyznačujících se mimořádnou vnímavostí a ovlivnitelností organismu.*” (2004, s. 22).

Stáří je kvůli mnohočetnosti a individualitě příčin a projevů těžké jednoznačně vymezit. Populační fond OSN (UNFPA) charakterizuje stáří jako období, kdy se snižují fyzické, mentální a funkční schopnosti a organismus je náchylnější k nemocem a postižení (UNFPA, 2012, s. 20).

V odborné literatuře autoři dělí stáří podle různých hledisek, a to nejčastěji na stáří kalendářní, biologické, sociální a psychické. Tato dělení budou podrobněji popsána níže.

Nejjednodušší cestou k vymezení hranice stáří je vymezení na základě věku jedince na *kalendářní stáří*. Kalendářní stáří je věk, kterého jedinec dosáhl od svého narození. Věk jako samostatné kritérium pro určení stáří, bez ohledu na změny biologické, sociální a psychické, nestačí. Světová zdravotnická organizace považuje věk 60 let za počátek stáří (2015), avšak stále častěji se v odborné literatuře lze setkat s počátkem raného stáří ve věku 65 let. (např. Mühlpachr, 2004, s. 21). Lze předpokládat, že se počátek raného stáří bude posouvat v souvislosti se stále zvyšující se hranicí odchodu do důchodu. Zároveň je v dnešní době kladen velký důraz na zdravý životní styl, díky němuž se proces stárnutí bude zpomalovat. To dokazují stále se zvyšující hodnoty střední délky dožití u žen i mužů ve vyspělém světě.

Biologické stáří určuje: „...konkrétní míru involučních změn daného jedince” (Kalvach, 2004, s. 48) a může se tak od kalendářního stáří velmi lišit. Biologické změny spojené se stárnutím mohou u dvou jedinců stejného věku probíhat značně odlišně.

U jedinců stejného věku lze tedy pozorovat zcela odlišné projevy stárnutí např. rozdílné kognitivní schopnosti nebo rozdílný fyzický vzhled.

Sociální stáří je určeno změnami sociálních rolí v životě. Podle Mühlpachra je sociální stáří dáno: „*změnou rolí, životního způsobu i ekonomického zajištění.*” (2004, s. 19). Sociální stáří většinou nastává po odchodu do důchodu, kdy jsou tyto změny nejvýraznější. Jedná se zejména o ztrátu sociálních kontaktů, změnu životního stylu, pokles životní úrovně (Kalvach, 2004, s. 47). V rámci sociálního stáří je třeba zmínit dělení stáří podle změn v sociální oblasti na *třetí* a *čtvrtý věk*. Třetí věk je podle Stuarta Hamiltona obdobím aktivního a nezávislého života, zatímco čtvrtý věk je závěrečným obdobím, kdy je člověk odkázán na druhé (2004, s. 25). Označení třetí věk podle Mühlpachra klade příliš velký důraz na ztrátu pracovní výkonnosti a podsouvá myšlenku, že stáří není pro společnost přínosem (2004, s. 20).

Psychické stáří představuje změny v duševní oblasti člověka, které jsou způsobeny vlastním subjektivním vnímáním stáří (Langmeier, Krejčířová; 2006; s. 184).

Vzhledem ke střední délce života, která byla v roce 2012 u mužů 75 let a u žen 80,9 let (Český statistický úřad, 2014a), je patrné, že je skupina starých lidí věkově velmi heterogenní. Jedině v této skupině dělí i několik desítek let. Z tohoto důvodu se tedy starý věk periodizuje. Existuje celá řada periodizací stáří, pravděpodobně celosvětově nejpozžívanější je dělení podle Světové zdravotnické organizace (Hartl, Hartlová, 2010, s. 562):

60 – 74 let: rané stáří

75 – 89 let: pravé stáří

90 a více let: dlouhověkost

Zejména v české odborné literatuře nejčastěji setkat s následujícím dělením:

65 – 74 let: mladí senioři, young old

75 – 84 let: staří senioři, old old

85 a více let: velmi staří senioři, very old old (Mühlpachr 2004, s. 21; Haškovcová, 2010, s. 21).

Ač se hranice počátku stáří a dlouhověkosti ve výše popsaných děleních liší, hraniční věk pravého stáří je v obou případech 75 let. Podle Mühlpachra je tento věk uzlovým ontogenickým bodem (2004, s. 21).

K označení člověka, jež je ve společnosti považován za starého, se používá termín *senior*. Tento termín nemá jednoznačnou definici, často bývá zaměňován s termínem *důchodce*, což by však bylo zcela nepřesné, protože důchodcem je pouze člověk, který pobírá od státu starobní důchod. V dnešní době mnoho seniorů stále pracuje i po dosažení důchodového věku, tedy věku, kdy mají na důchod od státu nárok. Podle Českého statistického úřadu není pojem senior právní ani statistickou kategorií, ale kategorií spíše sociologickou, a proto ho nelze vymezit pouze na základě chronologického věku (Český statistický úřad, 2012a). V této práci bude termín senior využíván k označení skupiny obyvatel 60 let a více, kdy podle Světové zdravotnické organizace lze mluvit o raném stáří.

1.1 Demografický vývoj

Podle Organizace spojených národů je stárnutí obyvatelstva určováno nízkou mortalitou a nízkou plodností. Z čehož vyplývá, že počet obyvatel seniorského věku (podle OSN 60 let a výše) je vyšší než počet obyvatel v předproduktivním věku. Podle OSN stárne populace téměř ve všech zemích světa. Podíl obyvatel ve věku 60 let a více byl v roce 2013 11,7 % z celé světové populace. Prognóza pro rok 2050 předpokládá podíl obyvatelstva starších 60 let 21,1 %, což činí více než 2 miliardy obyvatel planety (OSN, 2013).

Česká populace stárne podle Rabušice již od 50. let dvacátého století. Tehdy podíl obyvatelstva staršího 65 let dosáhl 8 %. Na vině byla nejen nízká porodnost, ale také vysoká kojenecká úmrtnost. Do 70. let se tento podíl ještě navýšil o 4 %. Díky baby boomu a snižující se kojenecké úmrtnosti se v polovině 70. letů proces stárnutí obyvatelstva zastavil (Rabušic, 1993, s. 25). V roce 1994 byl poprvé zaznamenán nižší počet narozených než zemřelých, tehdy poprvé klesl počet obyvatelstva. Tento trend se mezi lety 2005 a 2008 zastavil. Důvody této změny mohou být dva: vyšší natalita a migrace. V roce 2006 se narodilo více lidí než jich zemřelo. V reprodukčním věku se ocitly ženy narozené v 70. letech v období baby boomu. Zároveň vzrostly migrační zisky a počet obyvatel se

zvýšil o 247 tisíc. Ještě v roce 2006 počet seniorů ve věku nad 65 let poprvé paradoxně převýšil počet dětí v populaci a od té doby rozdíl dynamicky narůstá. (Burcin, Kučera, 2010, s. 4-5).

Velmi zajímavý je pohled na prognózy z roku 1979, kdy podle Livečky měl být v roce 2000 podíl obyvatel České socialistické republiky starších 65 let 11,6 %. Celkový počet měl činit 1 milion 281 tisíc obyvatel. Ve skutečnosti byl podíl obyvatel ve věku 65 a výše v roce 2001 podle sčítání lidu 13,8 % což činilo 1 410 571 osob (Český statistický úřad, 2014, s. 1-3). Prognóza uvedené Livečkou byla mylná i v předpokladu, že od roku 1995 do roku 2000 se bude podíl obyvatel nad 65 let snižovat (1979, s. 37). Hlavním důvodem těchto chybných prognóz je pravděpodobně neočekávaný vývoj, ke kterému došlo po změně režimu roce 1989.

Dle statistických dat z roku 2012 trend stárnutí populace nadále pokračoval. Nárůst byl zaznamenán u věkové skupiny obyvatel mladších 15 let, ale i u věkové skupiny 65 let a více, a to výrazněji než u mladší věkové skupiny. Naopak se snížil počet obyvatel v produktivním věku 15 – 64 let. Celkově byla věková skupina obyvatel mladších 15 let v obyvatelstvu zastoupena 14,8 %, obyvatelstvo v produktivním věku tvořilo 68,4 % populace a obyvatelé ve věku 65 let a více byli v obyvatelstvu zastoupeni 16,8%. Zároveň se zvýšil i průměrný věk obyvatelstva na 41,3 let (39,8 let muži, 42,7 let ženy). Vzrostl také index stárí, kdy na 100 obyvatel mladších 15 let připadlo 113 obyvatel starších 65 let. V roce 2010 to bylo o 3 obyvatele starších 65 let méně. Podle nejnovějších hodnot z roku 2013 se oproti roku 2012 zvýšil počet mladistvých do 15 let o 0,2 %, tato složka stále činí okolo 15 % z celkového počtu obyvatelstva. Počet obyvatel ve věku 65 a více stoupl od roku 2012 o 0,6 % na celkových 17,4 % (Český statistický úřad, 2014a).

Podle Prognózy populačního vývoje ČR na období 2008 – 2070 vypracované Burcinem a Kučerou by se nejvíce turbulentní složkou obyvatelstva měli stát mladiství do 15 let, jejichž počet by se měl okolo roku 2020 zvýšit ze 14,1 % v roce 2008 na 16,2 % a poté následně klesnout mezi lety 2037 a 2038 na 13,7 %. Do konce období by se podíl dětské složky měl ustálit mezi 14 a 15 %. Velmi výrazný bude však nárůst seniorské populace, a to z 1,56 mil. na přibližně 3,3 mil. obyvatel. Nejzásadnější nárůst obyvatel

bude zaznamenán ve skupině 85 let a více, kdy se počet obyvatel v této skupině zvýší o 6,7 násobek výchozího stavu (Burcin, Kučera, 2010, s. 27).

K lepší orientaci v demografickém vývoji populace byla na základě výše uvedeného vytvořena Tabulka 1, která je souhrnem změn, které nastaly v české populaci od 50. let až k prognózám do roku 2070.

Tabulka 1: Vývoj změn v české populaci od 50.let k prognózám do roku 2070

Rok	1950	1970	1975	1994	2001	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2020	2070
Počet Obyvatel [mil.]	⇒	↑	↑	↑	↓	↓	↑	↑	↑	↑	↑	↓	↑	↓	↓	↑
Počet Narození [tis.]	⇒	↓	↑	↓	↓	↑	↑	↑	↑	↓	↓	↓	⇒	↓	↑	↑
Počet Úmrtí [tis.]	⇒	↑	↓	↓	↓	↑	↓	↓	↓	↑	⇒	⇒	↑	↑	↑	↓
Počet Mladistvých [%]	⇒	↓	↓	↓	↓	↓	↓	⇒	⇒	⇒	⇒	↑	⇒	⇒	↑	↓
Počet Seniorů [%]	⇒	↑	↑	⇒	↑	⇒	⇒	↑	⇒	⇒	↑	⇒	↑	⇒	⇒	↑

Zdroj: Český statistický úřad, 2014a; Burcin Kučera, 2010, s. 27

V Tabulce 2 jsou zaznamenány změny celkového počtu obyvatelstva, změny procentuálního zastoupení věkových skupin a procentuálních změn narozených a zemřelých.

Tabulka 2: Vývoj změny české populaci v číslech

Rok	1950	1970	1975	1994	2001	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2020	2070
Počet Obyvatel [mil.]	8,90	9,81	10,06	10,33	10,30	10,25	10,29	10,38	10,47	10,51	10,53	10,51	10,52	10,51	10,10	11,10
Počet Narození [tis.]	188	148	192	107	91	102	106	115	120	118	117	109	109	107	110	134
Počet Úmrtí [tis.]	103	123	124	117	108	111	108	105	105	107	107	107	108	109	134	142
Počet Mladistvých [%]	24	22	21	20	16	15	14	14	14	14	14	15	15	15	16	15
Počet Seniorů [%]	8	12	13	13	14	14	14	15	15	15	16	16	17	17	17	30

Zdroj: Český statistický úřad, 2014a; Burcin Kučera, 2010, s. 27

Jak vyplývá ze současného stavu a pohledu do budoucího vývoje obyvatelstva, stárnutí populace se nás bude týkat stále více. Proto je potřeba reformovat důchodový systém a změnit zdravotní a sociální politiku v oblasti péče o seniory a také zapojovat seniory do veřejného dění např. pomocí vzdělávání.

1.2 Změny ve stáří

Ve stáří dochází k celé řadě změn, které lze zařadit do tří skupin. Jsou to změny duševní, biologické a sociální. Lze tvrdit, že všechny oblasti jsou vzájemně propojeny a vzájemně se ovlivňují.

1.2.1 Duševní změny ve stáří

Duševních změn ve stáří probíhá celá řada. Zde budou popsány podrobněji ty změny, které souvisí se vzděláváním ve stáří.

Jednou z nejvýraznějších změn ve stáří je snížená schopnost řešit problémy, které se nedají řešit na základě dosaženého vzdělání nebo zkušeností – tato schopnost se nazývá fluidní inteligence. Naopak krystalická inteligence, která obsahuje sumu vědomostí získanou v průběhu života, zůstává nezměněna (Jarolímová, 2007, s. 62-63).

Změny v pozornosti starších lidí jsou dány především biologickými změnami jako je nedostatek energie pro příslušné kognitivní operace nebo zhoršení kognitivních funkcí pro kontrolu a inhibici zaměření pozornosti. Schopnost inhibice je nezbytná pro eliminaci irelevantních stimulů (Vágnerová, 2007, s. 320). Ve stáří je proto pozornost často zaměřena nesprávným směrem. Schopnost soustředit se na informace, které jsou relevantní a eliminovat ty nepotřebné, se během stárnutí zhoršuje. Seniorům dělá velké problémy přesouvat pozornost z jednoho podnětu na druhý. Při této činnosti jsou pomalejší a dělají více chyb. Zároveň se nedovedou soustředit na větší počet různorodých podnětů, protože je omezena jejich kognitivní kapacita (tamtéž).

Zhoršená schopnost pamatovat si je ve stáří poměrně obvyklá a velmi stresující. Nejenže může signalizovat duševní poruchu, ale zároveň je zapomínání pro mnohé předzvěstí nastupujícího duševního stáří. Na paměť má vliv celá řada faktorů, jako je např. větší unavitelnost a obtížnější koncentrace pozornosti, ale i míra užívání paměti. Podle Vágnerové má pokles paměti ve stáří tři hlavní důvody: „*omezení schopnosti zpracovávat informace, pokles rychlosti jejich zpracování a narušení inhibičních funkcí.*” (Vágnerová, 2007, s. 322). Stárnutí ovlivňuje téměř všechny složky paměti, ale nejvýraznější změny nastávají v oblasti krátkodobé paměti. *Krátkodobá paměť* slouží k uchování informace na dobu, než je zapomenuta, nebo zpracována a zařazena do dlouhodobé paměti. Z důvodu zhoršení funkce smyslových orgánů trvá seniorům déle, než jsou podněty zaznamenány a zpracovány, někdy jsou v důsledku pomalého tempa zpracování ztraceny úplně (Vágnerová, 2007, s. 323). Zde je zajímavý postřeh Stuarta-Hamiltona, který podotýká, že některé výpadky paměti jsou pouze domnělé. Člověk si založí nějaký předmět a při opětovném hledání předmět prostě přehlédne (2006, s. 104). Z tohoto vyplývá, že některé

výpadky paměti nejsou způsobeny pamětí, ale zhoršenými funkcemi smyslových orgánů. *Dlouhodobá paměť* podle Langmeiera a Krejčířové funguje, ale bývá emočně zkreslena. Minulé události jsou idealizovány, starý člověk lpí na tom čím byl, co vlastnil nebo jaké měl postavení. Podle autorů takto starý člověk jedná z pocitu ohrožení ze strany mladších, kteří tuto reakci mylně považují za nepříznivou charakterovou vlastnost (Langmeier, Krejčířová, 2006, s. 204).

Změny v reakčním čase jsou dalším ukazatelem stárnutí. Reakční čas je doba, kterou člověk potřebuje k reakci na určitý podnět. Čím nižší je reakční čas, tím rychlejší je samotná reakce. Jak člověk stárne, jeho reakce stávají pomalejšími, to je způsobeno zpomalením nervového systému (Stuart-Hamilton, 2006, s. 70-71).

1.2.2 Sociální změny ve stáří

S příchodem stáří dochází k mnoha změnám také v oblasti sociálního života. Stáří je ve společnosti posuzováno na základě stereotypů, které vedou k celkovému negativnímu vnímání stáří a tím jeho celkové degradaci. Podle Pacovského je nebezpečí degradace nejvyšší ve společnosti s vysokou produktivitou, a to protože je stáří vnímáno jako zásadní změna společenské role a nese statut „ztráty programu” (Pacovský, 1990, s. 46).

Ke ztrátě programu dochází ve stáří nejvýrazněji po odchodu do důchodu. Penzionovaný člověk se tak dostává do role „nemít roli”, nezávislý občan se tímto statutem dostává do situace závislosti, kdy o něm rozhodují ekonomicky činní občané, což výrazně snižuje jeho sebehodnocení (tamtéž). Novou životní náplní a kvalitním vyplněním volného času seniora může být účast na vzdělávacích aktivitách a zájmových činnostech, které jsou pro seniory možnostmi nejen k navázání sociálních vztahů s lidmi stejné věkové skupiny a stejných zájmů, ale také příležitostí k udržení zdraví. Být „společenský“ ve stáří pomáhá např. snižovat riziko rakoviny, kardiovaskulárních onemocnění a vzniku duševních chorob, jako je deprese (Freeborn, 2014).

Se snižující se ekonomickou aktivitou ve stáří se snižují i ekonomické příjmy seniorů. Neustálé změny ekonomických procesů ve společnosti vnímají nejcitlivěji právě senioři, kteří jsou na státu mnohdy zcela závislí. I přes tento fakt se má dnešní generace seniorů podle Kolesárové a Saka historicky nejlépe (2012, s. 141). Z hlediska příjmů je

v České republice nízká míra příjmové chudoby. Pro hodnocení příjmové chudoby se používá mezinárodní indikátor „Míra ohrožení příjmovou chudobou“. Ten je: *„podílem osob žijících v domácnostech, jejichž příjem je nižší než obvykle stanovená hranice na úrovni 60 % mediánu vyrovnaného disponibilního příjmu na spotřební jednotku.“* (MPSV, 2014, s. 8). V roce 2014 byla částka 9 680 Kč na jednu spotřební jednotku v domácnosti hranicí chudoby (tamtéž), zatímco průměrná výše starobního důchodu v prvním pololetí téhož roku byla 11 050 Kč (Česká správa sociálního zabezpečení, 2014a). Otázkou ale je, kolik lidí na tuto částku dosáhne. Podle Statistické ročenky z roku 2013, kdy byla průměrná výše důchodu jen o 93 Kč nižší než v roce 2014, 10 % důchodců pobíralo důchod nižší než 8 305 Kč a zároveň 50 % důchodců pobíralo důchod nižší než 10 851 Kč, z čehož vyplývá, že více než polovina důchodců nedosáhne na výši průměrného důchodu (Česká správa sociálního zabezpečení, 2014b). V České republice je jeden z nejvyšších nepoměrů mezi průměrnými příjmy a subjektivní chudobou. I přes měřitelnou materiální situaci, která je nad hranicí chudoby, se senioři cítí mnohem chudší. To je způsobeno pravděpodobně i tím, že si se svými příjmy nemohou dovolit zboží a služby, které by je učinily subjektivně spokojenější (Boháček, 2014).

V seniorském věku také nejčastěji dochází ke ztrátě partnera, a tím ke ztrátě velmi významné role. Ovdovělí lidé ztrácejí významný smysl života a část identity, to vede k pocitu osamění, ztráty perspektivy a pocitu vlastního ohrožení (Vágnerová, 2007, s. 377). To, jakým způsobem bude senior přijímat svou novou životní roli, ovlivňuje předchozí vývoj a v neposlední řadě i sociální vztahy. Pokud člověk udržuje aktivní přátelské a rodinné vztahy, bude se se svou novou životní rolí vyrovnávat lépe.

1.2.3 Biologické změny ve stáří

Stáří lze nejjednodušeji poznat podle fyzického vzhledu. Avšak biologické změny organismu neovlivňují jen vzhled, ale hlavně funkci celé řady tělesných orgánů a pohybového systému. Jak již bylo řečeno, každý jedinec stárne jinak, ale následující biologické projevy gerontogeneze lze podle Křivohlavého považovat za obecné. *Změny pohybového aparátu* jsou způsobeny atrofií svalových vláken. Starší lidé mají potíže s tzv. cílenými pohyby, dělá jim potíže strefit se na terč nebo provlíknout nit uchem jehly. *Změny kardiovaskulárního systému a jeho činnosti* se nejvýrazněji projevují ve snížení pružnosti

cévní stěny. To způsobuje mnohé obtíže jako je arterioskleróza. *Změny regulace tělesné teploty* způsobují problémy s adaptací na výrazné změny teploty. Proto je některým starším lidem stále zima. Obtíže spojené s udržováním tělesné teploty jsou způsobeny změnami metabolismu ve stáří. *Změny dýchání* se projevují ve snížení rychlosti dýchání a množství vdechovaného a vydechovaného vzduchu. Řadu stárnoucích lidí trápí hypoxie – nedostatek kyslíku. *Změny ve fyzickém vzhledu starších lidí* lze sledovat zejména v obličeji, kde stále přibývá vrásek. Vlasy šediví a u obou pohlaví lze sledovat úbytek vlasů. Se snížením ženských pohlavních hormonů přibývají ženám chloupky, zejména na bradě a pod nosem. Všechny tyto fyzické změny mohou vést ke snížení sebedůvěry starších osob (Křivohlavý, 2002, s. 139-140).

Velmi zásadní změnou prochází i smyslové orgány. *Zrak* se začíná zhoršovat už po 45. roce věku. Porucha zraku je způsobena zhoršením elasticity oční čočky, to způsobuje obtíže při zaostřování na blízko. Dále se častěji vyskytuje zákal čočky, který je však snadno odstranitelný. Výrazně zhoršen je ve velmi vysokém věku i *sluch*. Často je porucha způsobena ušními zátkami, které však lze odstranit. Také *čich a chuť* s přibývajícím věkem ubývají, proto by měla strava starších lidí být dostatečně výrazná. *Propriocepce*, tedy vnímání vlastního těla, bývá také snížena, proto jsou staří lidé náchylnější k pádům, které mohou mít závažné důsledky (Jerolímová, 2007, s. 75).

Změny smyslových orgánů ve stáří patří k nejnepříjemnějším, protože přinášejí mnohá omezení v běžném životě a zároveň ztěžují sociální kontakt s okolím.

1.3 Aktivní stárnutí

S tím, jak společnost stárne, se vyspělý svět snaží o vytvoření koncepce aktivního stárnutí. Termín *aktivní stárnutí* vznikl v roce 1990 na půdě Světové zdravotnické organizace. V té době aktivní stárnutí znamenalo hlavně „zdravé stárnutí“. Definice aktivního stárnutí z roku 2002 už obsahuje i další složky života ve stáří: „*Cílem aktivního stárnutí je zvýšení šancí pro lepší zdraví, sociální participaci a bezpečnost v průběhu stárnutí.*“ (Světová zdravotnická organizace, 2002a). Z toho vyplývá, že aktivní stárnutí má zajistit stárnoucímu obyvatelstvu nejen adekvátní zdravotní péči a pocit bezpečí, ale zároveň jim poskytnout podmínky k zachování integrity. Dalším velmi důležitým cílem je

i začlenění této skupiny do společnosti skrze poskytování zaměstnávání starších osob a seniorů, celoživotní učení a účastí na občanských aktivitách.

Koncept aktivního stárnutí Evropské komise s názvem *Towards Europe of all ages* si klade za cíl dodat „život“ vyššímu věku. V první řadě poukazuje na důležitost adekvátní zdravotní péče, která má minimalizovat závislost seniorů na společnosti. Další cestou je zaměstnanost lidí do vyššího věku než dosud a po odchodu do důchodu podporovat učení a participaci v nevládních organizacích (Evropská komise, 1999).

Velmi podobně vyznívá i *Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017* od Ministerstva práce a sociálních věcí České republiky. Ten vidí ve stále rostoucí seniorské skupině potenciál, který může být využit, pokud bude seniorům zajištěno zdraví a celoživotní učení. Od naplnění těchto dvou oblastí si strategie slibuje vyšší účast na trhu práce, přispění k rozvoji občanské společnosti např. formou dobrovolnictví a k rozvoji mezigeneračního dialogu (MPSV, 2012). Tento plán především apeluje na lidi všech generací, aby zodpovědně přistupovali ke svému stáří a dbali na své zdraví a celoživotní učení, díky čemuž budou déle konkurenceschopní na trhu práce a díky tomu soběstační až do vysokého věku.

Pro úspěšné aktivní stárnutí je nejdůležitější soběstačnost jedince. Toho lze dosáhnout v první řadě zajištěním zdravotnické péče. S tím, jak se prodlužuje průměrná délka života, bude také velmi důležitá ekonomická aktivita do vyššího věku než doposud. S příchodem důchodového věku by se lidé měli nadále vzdělávat a participovat na veřejném dění např. v rámci obce, ve které žijí a udržet si pocit užitečnosti a potřeby i ve vyšším věku.

1.4 Vyrovnávání se s vlastním stárnutím

Způsob vyrovnávání se se změnami, uvedenými v kapitole 1.2, je výrazně ovlivněn celou řadou faktorů, jakými jsou zejména osobnost člověka, zkušenosti, životní styl, zdravotní stav nebo sociální vztahy. Zejména kvalitní a nepatologické vztahy jsou předpokladem pro spokojené prožití stáří. Proto se každý člověk vyrovnává s vlastním stárnutím jinak. Níže je popsáno pět vyrovnávacích strategií s vlastním stárnutím a stářím podle Suzanne Reichardové, které uvádí Klevetová a Dlabalová.

Předpokladem pro *konstruktivní strategii* je šťastné dětství, manželství, rodičovství a spokojeně prožitá pozdní dospělost. Tito lidé jsou vyrovnaní s omezením, které stáří přináší. Snaží se být aktivní ve vytváření nových vztahů, k okolí jsou snášenliví a tolerantní. Jsou otevření novým možnostem a rozvíjí své zájmy.

Senioři, kteří byli, nebo stále jsou pod vlivem partnera, se se stářím vyrovnávají pomocí *strategie závislosti*. Ti spoléhají na pomoc svého okolí. Přesouvají odpovědnost na druhé a sami o ničem nechtějí rozhodovat.

Lidé, kteří byli v průběhu života profesně a společensky úspěšní, odmítají přijmout změny, které stáří přináší. Brání se přehnanou aktivitou, aby sobě i okolí ukázali, že jsou soběstační. Jedná se o *strategii obrannou*.

Strategie hostility se týká lidí, kteří nikdy nepřiznají své chyby a domnívají se, že za jejich neúspěchy je odpovědné okolí. Ve stáří vyhledávají konflikty, jsou agresivní a podezřívaví, chtějí být litováni.

Ti, kteří neměli šťastné dětství nebo uspokojivé manželství a celý život bojovali s pocitem osamění, jsou ve stáří lidé velmi kritičtí sami k sobě, mnohdy vidí smrt jako vysvobození, protože už nechtějí nic dělat ani se snažit. V tomto případě se jedná o *strategii sebenenávisťi* (Klevetová, Dlabalová, 2008, s. 31-33).

Podle Venglářové jsou reakce na změny ovlivněny také možnostmi získání pomoci od okolí v situacích, které jsou pro seniora samotného hůře zvládnutelné. Níže jsou popsány tři možné reakce na stáří podle Venglářové.

Předpokladem pro *konstruktivní přístup* ke stáří je včasná příprava na stáří ještě v produktivním věku, kdy si člověk zvolí aktivity, které bude ve stáří rozvíjet a bude se snažit o udržení tělesného zdraví pomocí zdravého životního stylu. Velmi důležité je také pěstování dobrých vztahů s rodinou a s širokým okruhem známých a přátel.

Zejména vinou zdravotních obtíží si lidé ve stáří vytváří *závislost na okolí*, a to zejména na rodině nebo zdravotnickém personálu. Příčinou tohoto přístupu je sociální izolace seniora, která však bývá ve zdravotnických zařízeních opomíjena. Namísto řešení sociální izolace se řeší symptomy fyzické nemoci.

Někdy je senior v natolik obtížné situaci, že mechanismy adaptace na změny selžou. Senior pak může zaujmout *nepřátelský postoj*, a to vůči rodině, zdravotnickému personálu a svému širokému okolí (Venglářová, 2007, s. 12).

2 Společnost a stárnutí

Starší lidé dnes žádají po společnosti úctu ke stáří jako k nositeli moudrosti, tak jako tomu bylo dříve. Avšak podle Pacovského byla úcta ke stáří známa zejména z dob, kdy bylo nepravděpodobné, že se člověk dožije vyššího věku. Staří lidé byli ve společnosti výjimkami, a proto jim byly připisovány mimořádné kvality. V pozdějších dobách stáří pozbylo výjimečnosti a naopak bylo ohrožováno chudobou a nemocemi. Proto společnost začala stáří hodnotit negativně (Pacovský, 1990, s. 45). Tento trend pokračuje do dnešní doby, kdy lidé nevidí ve stáří žádný přínos. Haškovcová to vysvětluje glorifikací mládí a aktivní nezávislostí v dospělosti (2010, s. 141).

V budoucnu bude společnost nadále stárnout. Lidé by měli pochopit, že stáří není nemoc, ale životní období, na které je dobré se v průběhu života připravovat. I oni budou jednou staří a budou potřebovat pochopení a podporu.

2.1 Mezigenerační a sociální vztahy ve stáří

Rodina prošla v průběhu času celou řadou změn. V tradiční rodině žily pospolu i tři generace, protože jejich zájmem byla společná péče o majetek. Každý člen rodiny měl svoji roli. Pro ochranu nejstarších členů domácnosti před úpadkem vznikl výměnkářský systém, který měl nejstarším členům zajistit důstojné stáří bez strádání. V dnešní době je tzv. výměnek značně idealizován, ale pravdou je, že ne vždy byly dohody plněny, a to zejména v dobách neúrody nebo v případě smrti vlastního dítěte, kdy se snacha nebo zeť nechťeli o starého člověka starat. Pokud starý člověk neměl rodinu, dožíval často na okraji společnosti a v bídě (Haškovcová, 2010, s. 55). Postupem času se péče o členy rodiny přesunula z příbuzenské rodiny na stát, který převzal většinu funkcí dříve vykonávaných rodinou. Z tradičního modelu rodiny se vyvinula tzv. nukleární, tedy manželská rodina, která je dnes ve vyspělém světě standardem.

Co se týče mezigeneračních vztahů je pro seniory kontakt s dětmi velmi důležitý, ale zároveň si chtějí udržet své soukromí. „*Lze hovořit o intimitě s odstupem. Staří lidé si přejí co největší intimitu a pravidelné kontakty s dětmi, ovšem za předpokladu přiměřené prostorové vzdálenosti.*” (Pacovský, 1990, s. 53) Podle Vágnerové přílišná blízkost není

ideální, protože ohrožuje autonomii obou generací a přináší celou řadu negativních podnětů, naopak velká vzdálenost negativně ovlivňuje sdílení běžného života, nebo dokonce významných událostí (Vágnerová, 2007, s. 385). V České republice žije pouze 6 % seniorů ve společné domácnosti se svými dětmi, 10 % žije ve stejném domě se svými dětmi a až 80 % seniorů žije do 25 kilometrů od bydliště svých dětí (Marhánková, Štípková, 2014, s. 17).

Vztahy mezi seniory a jejich dospělými dětmi nejsilněji ovlivňují emoční vazby, které byly udržovány v průběhu celého života. Tyto vazby ovlivňují četnost kontaktů a následně i volbu blízkosti bydliště od rodičů. Mezigenerační vztahy ovlivňují názory, hodnoty, postoje obou generací, ze kterých plynou jejich očekávání, která mohou být rozdílná. Rozdílné názory a postoje mohou být projevem konfliktu rolí (Vágnerová, 2007, s. 385).

Problémem některých seniorů může být právě absence jejich role v rodině. Jednou z nejvýznamnějších rolí by pro seniora měla být role prarodiče. Vnuci se z nedostatku času svých rodičů svěrují právě prarodičům, kteří díky tomu znovu získávají pocit užitečnosti. Vztah prarodiče a vnuka může negativně ovlivňovat celá řada faktorů např. velká vzdálenost obou domácností, nevyřešené konflikty, ale také negativní vztahy prarodičů a rodičů. (Balogová, Žumárová, 2009, s. 81-84).

V současné době se v médiích často zmiňuje termín *sandwichová generace*. Do této generace patří lidé v produktivním věku, kteří se musí starat o své nedospělé děti a zároveň o své stárnoucí rodiče (Šimandlová, 2013). Tento trend je způsoben odsouváním rodičovství na pozdější věk. Tato generace však nemá prostředky ani čas podporovat obě skupiny, proto by podle Marhánkové měla vzniknout podpůrná opatření pro tyto občany, jako je flexibilní pracovní doba, asistenční programy nebo finanční příspěvky (Marhánková, 2011). Naopak podle Sýkorové šetření popírají existenci sandwichového syndromu, protože se dostává podpory i od seniorů směrem ke střední a mladší generaci, takže o přetížení střední generace nemůže být řeč (Sýkorová, 2007, s. 168).

2.2 Ageismus

Termín *ageismus* poprvé použil v roce 1968 americký psychiatr Robert Butler a o jedenáct let později byl tento termín zařazen do amerického slovníku anglického jazyka. Až v 90. letech s konceptem ageismu pracuje zejména sociální gerontologie a na konci 90. let už se dostává do širšího povědomí veřejnosti (Vidovičová, 2006). Definice ageismu je podle Evropské komise následující: „*Ageismus je předsudek vůči osobě nebo skupině osob na základě věku.*“ (2015). Z této definice vyplývá, že ageismus se netýká pouze seniorské populace, ale všech věkových skupin, nicméně právě senioři jsou ageismem ohrožováni nejvíce. Definice přední české socioložky v oblasti ageismu Lucie Vidovičové je konkrétnější: „*Ageismus je ideologie založená na sdíleném přesvědčení o kvalitativní nerovnosti jednotlivých fází lidského životního cyklu, manifestovaná skrze proces systematické, symbolické i reálné stereotypizace a diskriminace osob a skupin na základě jejich chronologického věku a/nebo na jejich příslušnosti k určité generaci.*“ (Vidovičová, 2008, s. 113).

Podle Palmoreho vychází ageismus ze tří hlavních zdrojů. Jedná se o zdroje v rovině individuální, sociální a kulturní. Mezi *individuální zdroje* ageismu patří autoritářské osobnosti, které mají tendenci k předsudkům nejen vůči seniorům, ale vůči všem minoritním skupinám ve společnosti, na kterých si tito jedinci vybíjejí svou frustraci, která pramení z jejich nejistoty, potlačených impulzů a touhy po dominanci v mezilidských vztazích. Frustrace obecně může být také zdrojem nepřátelství a agrese vůči minoritním skupinám. (Palmore, 1999, s. 61). Dalším velmi významným zdrojem ageismu je strach ze smrti a spojování stárnutí s psychosomatickým úpadkem. To může být způsobeno nezájmem či neznalostí biologického procesu stárnutí (Vidovičová, Rabušic, 2003, s. 10).

Sociální zdroje ageismu jsou podle Palmoreho způsobeny procesem modernizace, kdy se přechodem z předindustriální společnosti na industriální snížil status a prestiž starého člověka. Nízká porodnost a úmrtnost zapříčinily zvyšující se počty seniorů ve společnosti, zároveň rychlý rozvoj technologií učinil znalosti seniorů zastaralými a nepotřebnými. Senioři jsou proto nuceni přenechat své místo mladším a odejít do důchodu. Pod vlivem urbanizace dochází k segregaci starých lidí. Je to zřejmé zejména u nejrozumnějších zařízení pro seniory, která jsou situována většinou na okrajích měst.

Ačkoliv má toto umístění své výhody a segregace bývá většinou dobrovolná, může přispět k negativnímu ageismu. Velmi zajímavým zdrojem ageismu je i hodnocení sebe sama na základě stereotypů. Starý člověk věří stereotypům o vlastním stáří a podle stereotypu se i začne chovat. Pokud tedy uvěří tomu, že není schopen vykonávat určitou práci, protože je na ni moc starý, jeho výkon bude této představě odpovídat (Palmore, 1999, s. 84-85).

Mezi *kulturní zdroje* patří hodnotové systémy, jazyk (oslovování babičko, dědečku), umění, literatura. Tyto zdroje umožňují stereotypy a diskriminační postoje neomezeně dále šířit (Vidovičová, Rabušic, 2003, s. 10). Mezi kulturní zdroje lze řadit i média, která veřejnost zásobují kultem mládí a krásy a o stáří se zmiňují hlavně v souvislosti s penzijními reformami nebo informacemi o dopravních nehodách způsobených řidičem – seniorem. Nedílnou součástí médií je reklama, která stereotypy ve velké míře tvoří a šíří. Senioři jsou v reklamách často zobrazováni jako lidé neznalí, zapomnětliví nebo bezbranní. Tyto stereotypní představy o stáří se tímto ve společnosti upevňují a spoluvytváří negativní vnímání stáří jako něčeho neužitečného a bezvýznamného.

Ageismus může mít mnoho podob, ale jednou z nejčastějších forem je stereotypizace – tedy prisuzování určitých vlastností v tomto případě seniorům. Stereotypizace je nebezpečná, protože je mnohdy skrytá a na první pohled nemusí být jasné, že jde o diskriminaci. Příkladem ageismu může být zdánlivě nevinné označení „typický osmdesátník“. Toto označení je stereotypizací, protože naznačuje, že všichni lidé ve věku 80 let jsou stejní. Projevem diskriminace je i označení „babičko“ „dědečku“ namísto oslovení „paní“ „pane“. Podle Sýkorové je takovéto oslovování příkladem infantilizace starého věku (2007, s. 57). Stereotypů je velmi těžké se zbavit, protože jsou živeny selektivním vnímáním lidí. Lidé obvykle vidí jen to, co očekávají, že uvidí. Takže člověka označí za starého pouze v případě, že zapadá do jejich stereotypní představy o stáří (Palmore, 1999, s. 67). S věkovou diskriminací se lze velmi často setkat při hledání zaměstnání. Pro generace 50 + může být získání zaměstnání velmi problematické, protože je zaměstnavateli vnímána jako málo pružná a dynamická (Tošnerová, 2002, s. 10).

Ačkoliv se hovoří spíše o negativním postoji společnosti ke stáří, výzkumy hovoří jinak. Z výzkumu Vidovičové a Rabušice z roku 2003 s názvem *Senioři a sociální opatření* v oblasti stárnutí vyšlo najevo, že česká společnost nevnímá stáří jako překážku vývoje ani přítěž. Celkově je seniorská populace vnímána tradicionalisticky jako moudrá, zkušená a udržující tradiční hodnoty. Tyto pozitivní postoje vůči stáří kazí názor množství respondentů kteří uvedli, že: „*staří lidé odčerpávají ekonomické zdroje*“. Tento názor je hodně živ kvůli problematickému vztahu ekonomické situace státu a stále se zvyšující populace seniorů (Vidovičová, Rabušic, 2003, s. 14). Výzkum Kolesárové a Saka z roku 2008 přinesl podobné výsledky. Většina respondentů souhlasí s výroky, které vyznívají vůči seniorům pozitivně a uznávají jejich roli ve společnosti a dokonce více než polovina respondentů se domnívá, že společnost seniorům neumožňuje důstojný a pohodlný život, na který mají nárok. Stejně jako u předchozího výzkumu se vyskytly názory, že senioři jsou finanční přítěží společnosti, takto odpověděla čtvrtina respondentů (Kolesárová, Sak, 2008, s. 97).

Aktuálnější výzkum o postoji veřejnosti vůči seniorům nebyl nalezen, ale lze předpokládat, že státní finanční podpora ve stáří bude stále hlavním zdrojem negativního vnímání stáří.

Sýkorová cituje sociologa Anthonyho Giddense, podle kterého v budoucnu ageismus vůči seniorům úplně vymizí, a to díky stálému početnímu růstu této skupiny, která bude silněji zastoupená v politice a bude důrazněji vystupovat proti věkové diskriminaci. Giddens nazval společnost bez ageismu *bezvěkou (ageless society)* (Sýkorová, 2007, s. 52). Kalvach popisuje *bezvěkou společnost* jako společnost, ve které bude věk soukromou záležitostí každého člověka, bude to společnost pro každý věk (Kalvach, 2014).

Celosvětově rozšířeným problémem jsou i extrémní projevy ageismu – zneužívání seniorů. Definice OSN popisuje zneužívání následovně: „*Jedná se o jednorázový nebo opakovaný akt nebo nedostatek vhodných opatření v rámci vztahu, kde je vyžadována důvěra, což způsobuje poranění nebo stres starší osobě.*“ (OSN, 2002, s. 4). Zneužívání seniorů má celou řadu forem, které lze zařadit do čtyř základních kategorií: fyzické zneužívání, citové a psychické zneužívání, finanční zneužívání a zanedbávání (tamtéž).

Pravděpodobně nejčastější formou zneužívání je finanční zneužívání. To může vycházet jak od rodinných příslušníků, tak i od neznámých lidí, jedná se např. o prodejce na předváděcích akcích tzv. „šmejdi“ nebo falešné podomní obchodníky. Zajímavý je fakt, proč se senioři nechávají tak často okrást. Americká psycholožka Shelley Taylor to vysvětluje tím, že jsou lidé ve vyšším věku důvěřivější. Podle jejího výzkumu většina seniorů nebyla schopná dobře odlišit „nedůvěryhodné“ obličeje od těch důvěryhodných. Seniorům se při pohledu na nedůvěryhodné tváře neaktivovala ta část mozku, která je zodpovědná za intuici (Kšíňan, 2013).

Podle Světové zdravotnické organizace činí četnost výskytu fyzického, psychického a finančního zneužívání a zanedbávání ve světě 4 – 6 % (2002b, s. 17) a je pravděpodobné, že se počty zneužívaných budou zvyšovat s tím, jak se zvyšuje počet osob v seniorském věku. Podle předsedy sdružení ŽIVOT 90 Jana Lormana jsou nástroje řešení této situace zejména trvalá osvětová činnost vedoucí k objasnění tohoto jevu veřejnosti a právní ochrana ohrožených osob (Lorman, 2006, s. 65). Dle mého názoru by v rámci prevence měli být senioři upozorňováni na tento jev v rámci celoživotního vzdělávání.

3 Edukace seniorů

Věda o výchově a vzdělávání seniorů se nejčastěji označuje výrazem gerontagogika, který vznikl z řeckého gerón (stařec) a agógé (vést někoho). Lze se však setkat i s termíny gerontopedagogika (Livečka) a zejména u slovenských autorů, jakými jsou Švec nebo Čornaničová, s termínem geragogika (Petřková, Čornaničová, 2004, s. 18). Gerontagogika je vymezována jako: „...*hraniční vědní disciplína na pomezí andragogiky jako vědy o výchově a vzdělávání dospělých a gerontologie jako vědy o stárnutí a stáří.*“ (tamtéž). Již výše zmíněným termínem gerontopedagogika Livečka označuje výchovu a vzdělání ke stáří a ve stáří (1979, s. 26). Vzdělávání ke stáří lze vnímat jako preseniorskou edukaci, která spolu s preseniorskou edukací a vlastní seniorskou edukací tvoří předmět gerontagogiky (Petřková, Čornaničová, 2004, s. 19).

3.1 Preseniorská edukace

Preseniorská edukace připravuje na seniorskou a zejména pak na důchodovou etapu života. První kurz přípravy na stárnutí proběhl v roce 1949 v USA. Od roku 1958 probíhaly v Anglii víkendové kurzy přípravy na důchod. V 70. a 80. letech jsou kurzy orientovány zejména prakticky na oblasti zdraví, bydlení, finance a trávení volného času. V 90. letech jsou díky OSN a UNESCO do této problematiky zahrnuty základní principy lidského života ve stáří jako je nezávislost, seberealizace nebo důstojnost (Palán, Langer 2008, s. 66). V českém prostředí se o důležitosti přípravy na stáří zmiňoval i Livečka ve své publikaci z roku 1979, kde navrhoval začít s přípravou mezi 45 – 50 lety, aby byla zaručena větší efektivnost výchovně-vzdělávacího procesu (Livečka, 1979, s. 24).

Příprava na stáří by měla probíhat po celý život, ale s přibývajícími léty a zejména v předdůchodovém věku by měl každý činit konkrétní kroky, které zvýší šance na plnohodnotný život ve stáří. Proto příprava na stáří probíhá ve třech etapách. Dlouhodobá příprava na stáří je obecná a probíhá celý život, střednědobá (10 let před penzionováním) by měla sloužit k ujasnění představ o aktivitě v seniorském věku až jedinec nebude moci dělat to co doposud. V krátkodobé přípravě na stáří (2 – 3 roky před penzionováním) by měl jedinec přizpůsobit svůj domov možným budoucím omezením (bezbariérový přístup,

blízkost ošetřujícího lékaře...). V krátkodobé přípravě je také velmi důležité zajistit dostatečné finanční rezervy (Haškovcová, 2010, s. 173-178).

Přípravou na stáří se zabývá i *Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017*, který je zaměřen zejména na dlouhodobou přípravu na stáří a jako priority si vytyčil celoživotní učení, zaměstnávání seniorů, dobrovolnictví, kvalitní prostředí pro život, péči o seniory a zdravé stárnutí (viz kapitola 1.3).

3.2 Proseniorská edukace

Proseniorská edukace, neboli výchova ke stáří, by měla vést k zlepšení společenského vnímání stáří a podpoře mezigeneračního dialogu a dále by měla zabránit stereotypizaci seniorské populace, která vede k ageismu (viz kapitola 2.3). Podle Šeráka jsou příčinami zhoršujících se vztahů mezi generacemi nedostatečné osobní zkušenosti se stářím a rozpad tradiční rodiny, ve které byl běžný život v mnohogerenační rodině (Šerák, 2009, s. 191).

Cestou k mezigeneračnímu dialogu je mezigenerační učení. Rabušicová (2012, s. 164) uvádí definici mezigeneračního učení podle Fischera: *jedná se o „postup, který si klade za cíl přivést lidi dohromady cílevědomými, vzájemně prospěšnými aktivitami, které podporují větší porozumění a respekt mezi generacemi, a mohou přispět k budování soudržnosti komunit.“* Rabušicová dále uvádí, že k mezigeneračnímu učení by mělo docházet hlavně v rámci rodiny, kde by se jednalo o učení: *„uskutečňované v konkrétních situacích rodinného života, v interakcích a společných činnostech zúčastněných generací (dětí, rodičů, prarodičů).“* (tamtéž).

Mezigenerační vzdělávání je další cestou k mezigeneračnímu dialogu. Probíhá formou vzdělávacích aktivit, kterých se účastní dvě nebo více generací. Tyto generace se učí od sebe navzájem nebo se učí spolu s tutorem. Tato forma vzdělávání umožňuje starším generacím pomoci mladším k nahlížení na některé nepříjemné události, kterým budou muset v budoucnu čelit. Starší generace také můžou ukázat mladším, že i v pozdějším věku se lze rozvíjet a být aktivní. Mladí můžou naopak starší „nakazit“ idealizmem, který jim pomůže vidět jejich život v lepším světle (Fidsen, Formosa, 2011, s. 174).

V České republice poskytuje mezigenerační vzdělávání např. Experimentální univerzita pro prarodiče a vnoučata, kterou v roce 2004 založila Danuše Steinová. Na akademické půdě se tu učí společně prarodiče a jejich vnuci ve věku od 6 do 12 let. Přednášky jsou každý školní rok vedeny na jednotné téma (např. astronomie, meteorologie, egyptologie...) a jsou přizpůsobeny dětským posluchačům. Tento projekt pomáhá nejen rozšířit obzory, ale napomáhá i upevnění vzájemných vztahů (Klub aktivního stáří, 2014).

Výhodou mezigeneračního vzdělávání je společenská soudržnost, které je dosaženo pomocí aktivit a interakcí mezi generacemi, pomáhají prolomit stereotypy ve společnosti a zvyšují toleranci mezi generacemi. Výměna znalostí a dovedností mezi generacemi pomáhá seniorům k pocitům užitečnosti a produktivity (Fidsen, Formosa, 2011, s. 175).

3.3 Vlastní seniorská edukace

Podle psychologických výzkumů během procesu stárnutí narůstá potřeba většího důrazu na vnitřní smysl činnosti (Palán, Langer 2008, s. 65). Tato potřeba se může projevit právě touhou po vzdělávání, seberealizaci a znovunalezení životního programu v seniorském věku. Seniorské vzdělávání lze rozdělit podle zaměření vzdělávání na dvě oblasti. *Všeobecné seniorské vzdělávání* má podobný obsah jako zájmové vzdělávání, které má neprofesní charakter a je zaměřeno na např. na výuku cizích jazyků, výuku z oblasti IT atd. Motivace účastníků na tomto vzdělávání je především sociální kontakt a rozšíření vědomostí. *Inovace odborných znalostí a dovedností* je zaměřena na rozvoj a udržení kvalifikace, díky kterým budou senioři déle soběstační a tím déle aktivně zapojeni do života ve společnosti (Klevetová, Dlabalová, 2008, s. 52-53).

Vzdělávání seniorů má význam ve dvou základních rovinách - ve vztahu k seniorovi a ve vztahu ke společnosti. *Ve vztahu k seniorovi* pomáhá v celé řadě oblastí života seniora. Usnadňuje přechod a adaptaci na změnu životního stylu ve stáří, omezuje patologické projevy vyvolané zhoršenou orientací v neznámých situacích, oddaluje stárnutí a pomáhá obohacovat život seniora. *Ve vztahu ke společnosti* pomáhá vzdělávání vytvářet pozitivní pohled na stáří jako aktivní a plnohodnotné období života člověka. V rámci mezigeneračního vzdělávání bylo prokázáno, že posiluje oboustranné porozumění a předchází sociálnímu napětí mezi generacemi (Benešová, 2014, s. 98).

Výčet funkcí vzdělávání ve stáří je v odborné literatuře velmi podobný. Např. Mühlpachr uvádí funkce *preventivní* (pozitivně ovlivňují stárnutí díky včasným opatřením), *anticipační* (pomáhá připravit na změny spojené např. s odchodem do důchodu), *rehabilitační* (k obnově a udržení fyzických a duševních sil), *posilovací* (rozvíjí zájmy potřeb a schopností lidí) tato funkce by se podle charakteru působení měla označovat jako *stimulační* nebo *kultivační* (Mühlpachr, 2004, s. 138). Palán a Langer doplňují tyto funkce o *kompensační* (kompenzace poklesu sociálních kontaktů), *aktivizační* (aktivní začlenění do společnosti), *relaxační* (smysluplné naplnění volného času) a funkci *mezigeneračního působení* (Palán, Langer, 2008, s. 65). Čornaničová a Petřková řadí funkce podle jejich *specifického zaměření* (sem řadí výše zmíněné funkce) a podle *primární orientace* na funkce *vzdělávací* (získávání poznatků a osvojení nových dovedností), *kulturně kultivační* (rozvíjení osobnosti člověka v rámci zájmových aktivit prostřednictvím kultury, pohybových aktivit apod.) a *sociálně psychologické*, které slouží k udržení kvality života v oblasti sociálních vztahů a psychického vývoje a přizpůsobování se psychosociálním omezením (Čornaničová, Petřková 2004, s. 64).

3.3.1 Specifika vzdělávání seniorů

Ve stáří dochází k celé řadě změn, které ovlivňují proces učení (viz kapitola 1.2.1), ale jak ukázala řada experimentů, lidé s přibývajícím věkem neztrácejí schopnost učit se a pokles výkonnosti kognitivních schopností lze tréninkem zastavit a dosáhnout zlepšení (Šerák, 2009, s. 189). Úspěšný proces vzdělávání starších lidí má svá specifika a musí probíhat za určitých podmínek. Petřková a Čornaničová hovoří o *subjektivních podmínkách učení*, sem řadí podmínky *kognitivní* (intelektové schopnosti, styly učení...), *afektivní* (postoje a motivace), *fyzické* (zdravotní stav, pohlaví, věk), *sociální a sociokulturní* (sociální status, úroveň vzdělání...), tyto podmínky jsou určovány osobností seniora, který se vzdělává a jsou hůře ovlivnitelná působením z vnějšku. *Objektivní podmínky učení* ovlivnit lze, protože sem patří charakteristiky *učiva* (obsah, forma, metodika, obtížnost učiva...), *vzdělavatelů a organizátorů* (osobnostní a profesní kompetence lektora) a *vzdělávacího prostředí* (Petřková a Čornaničová, 2004, s. 68-69). Jak ovlivnit objektivní podmínky tak, aby byl proces učení pro seniory co nejefektivnější?

Při tvorbě vzdělávacího programu pro seniory je třeba brát ohled na heterogenitu vzdělávací skupiny. Jednotliví účastníci se mohou velmi lišit svými zájmy, vzděláním, sociální postavením a také motivací. Odhadnout potenciální možnosti a konkrétní zájem, který je k vzdělávací aktivitě přivedl, lze odhadnout po poznání zájmů, motivace a jiných faktorů (Palán, Langer, 2008, s. 65). Obsah učiva by měl mít logické uspořádání, učivo a shrnutí myšlenek by mělo být častěji opakováno s důrazem na provázanost s učebními cíli a opakováním podstatných informací. Účastníci by měli být zapojováni do vzdělávacího procesu pomocí propojování učiva s jejich aktuálními potřebami a odvoláváním se na jejich zkušenosti. V průběhu programu by měla být zajišťována stálost zpětné vazby pomocí diskuze, dotazů a skupinovou prací (tamtéž, s. 66-67).

V procesu učení je velmi důležitá osobnost lektora. Podle Janíše by měl lektor vzdělávacích programů pro seniory mít didaktické kompetence k vyučování seniorů, odborné a všeobecné znalosti a zároveň by měl plnit funkci poradenskou a konzultační. Ve výkladu by se měl vyvarovat odborných výrazů, slangových výrazů a anglikanismů, které mohou seniora zmást. Výklad musí být dostatečně hlasitý a měl by mít spíše pomalejší tempo (Janíš, 2012, s. 40-44). Klevetová a Dlabalová doporučují lektorovi do výuky začlenit větší množství přestávek a program směřovat do rozmezí 9:30 – 11:30 nebo 15:30 – 17:00 hodin (Klevetová, Dlabalová, 2008, s. 54). Večerní hodiny se nedoporučují nejen kvůli vyšší únavě účastníků, ale také kvůli horší orientaci ve tmě, což může seniory stresovat.

Vzdělávací prostředí by mělo být uzpůsobeno potřebám seniorů a jejich případným pohybovým omezením. Šerák uvádí některé zásady, na které je třeba při pořádání vzdělávací aktivity pro seniory brát ohled: *„dostupnost místa konání, bezbariérovost všech prostor, vhodná intenzita osvětlení, přiměřená velikost kontrast a grafika vzdělávacích a informačních materiálů a přítomnost protiskluzových a stabilizačních prvků.“* (Šerák, 2009, s. 196).

Livečka na základě experimentálních výzkumů uvádí některá specifika vzdělávání seniorů, z nichž některá vyplývají z výše uvedeného textu: senioři si lépe osvojují logicky strukturované a přehledně členěné učivo, starší lidé mají nedostatečně osvojenou techniku učení, a proto učení probíhá déle, rychlé tempo prezentované látky ztěžuje seniorům

proces učení, k osvojení nových poznatků potřebují starší lidé více času, zhoršené učební výkony můžou být výsledkem nejistoty jedince, starší lidé mají po delších přestávkách horší výkonnost. vlohy a nadání ovlivňují proces učení více nežli věk, zdravotní stav je důležitým faktorem ovlivňujícím učení, velmi silný vliv na učení má motivace jedince. Věková skupina 40 až 50 let potřebuje na osvojení stejného druhu a rozsahu učiva o 10 % a skupina 50 až 60 letých o 20 % více času než skupina 20 až 30 let (Livečka, 1979, s. 129-131).

3.3.2 Motivace ve vzdělávání seniorů

Podle Jarvise v lidském životě vyvstává potřeba učit se tehdy, když stávající znalosti jedinci nestačí k vyrovnání se s aktuálními zkušenostmi (Rabušicová, Rabušic, 2008, s. 97). Podle Beneše se dospělí většinou učí za účelem řešení konkrétních problémů a nikoli z radosti z učení samotného (2014, s. 107). Senioři mohou mít k účasti na vzdělávání i jiné důvody než lidé v produktivním věku. Nejčastější důvody k účasti na vzdělávání seniorů uvádí Findsen a Formosa: sociální vztahy, sociální blaho, kompenzace/aktivizace a rozvoj zájmů (2011, s. 121). Dalšími velmi častými důvody ke vzdělávání ve stáří jsou podle Šeráka také: „*Snížení pocitu osamocení, naplnění osobních zájmů a uskutečnění toho, co lidé nestihli v dobách své ekonomické aktivity.*“ (Šerák, 2009, s. 193-194).

Podle Holczerové a Dvořáčkové závisí motivace na vzdělávání seniorů na dosaženém vzdělání, dřívější účasti na vzdělávání i na druhu vzdělávání. Podle autorek může být vzdělávání pro seniora koníčkem, zájmem o poznání. „*Často má charakter prevence, odstranění a kompenzace deficitů, cílem je udržení tělesných a intelektuálních sil.*“ (Holeczerová, Dvořáčková, 2013, s. 32-33).

Podle výzkumu prvních ročníků U3V Masarykovy univerzity v Brně byla pro účastníky kurzů největší motivací touha získat nové poznatky a touha udržet se v dobré psychické kondici, naopak touha po získání osvědčení byla pro účastníky nejslabší motivací (Adamec, Dan, Hošková, 2010, s. 375). Z výzkumu Anny Petřkové s názvem „*Můj návrat do role studenta/studentky*“ vyplývá, že pro účastníky byla největší

motivací touha po seberealizaci a potvrzení vlastní integrity a s tím spojená touha po získání kontroly nad vlastním životem (Benešová, 2014, s. 106).

Findsen a Formosa uvádí tři kategorie motivace účasti na vzdělávání. Kategorie *orientace na cíl* zahrnuje ty jedince, kteří vzdělávání využívají k dosažení jiného cíle, *orientace na aktivitu* je kategorie kam patří ti, kteří se účastní vzdělávání kvůli aktivitě samotné a kvůli sociálním interakcím. V poslední kategorii *orientované na vzdělávání* jsou ti, pro které je cílem získání znalostí (Findsen, Formosa, 2011, s. 120). V praxi tyto kategorie nemusí fungovat odděleně, naopak jsou často provázány a zároveň se může motivace měnit v průběhu vzdělávací aktivity. Jedinec, jehož motivací byla účast na aktivitě za účelem navázání kontaktů, se může chtít naučit o problematice víc a tím se z jeho orientace na aktivitu stane orientace na cíl.

3.3.3 Bariéry ve vzdělávání seniorů

Účast na vzdělávání ve vyšším věku je výrazně omezena díky celé řadě bariér, se kterými se senioři potýkají. Tyto bariéry lze rozdělit podle Petřkové a Čornaničové na *objektivní bariéry*, to jsou bariéry vnějšího charakteru, do kterých se řadí zejména nedostatek financí, špatná dostupnost kurzů, nedostatečná informovanost o konání kurzů atd. Do *subjektivních bariér*, které jsou vnitřního charakteru, lze zařadit zejména nedůvěru ve vlastní schopnosti, nejistotu v nových situacích, nedostatek energie nebo nerozhodnost. (Petřková a Čornaničová, 2004 s. 69). Dalším způsobem lze bariéry dělit podle Patricie K. Cross na *situační bariéry*, ty vycházejí z aktuální životní situace jedince a prostředím, ve kterém žije. Sem řadíme např. nedostatek financí nebo nedostatek času. *Institucionální bariéry* vznikají na straně pořadatele vzdělávacích akcí, lze sem řadit např. nedostatek informací o vzdělávacích akcích, nedostatek vhodných programů vzdělávání. Mezi tyto bariéry lze zařadit i špatnou dostupnost místa konání nezajištěním bezbariérovosti prostor, nebo vytvoření vzdělávací akce, která není přizpůsobena fyzickým a psychickým změnám seniorů (např. zhoršený sluch a zrak). *Dispoziční bariéry* vycházejí z vnímání jedince jako účastníka vzdělávání. Řadí se sem např. nedostatek motivace, nízké sebevědomí atd. (Cross, 1981, s. 98).

Z výzkumu Rabušice, který probíhal mezi lidmi od 50 do 65 let vyplývá, že největším důvodem k neúčasti na vzdělávání byl dojem, že by vzdělávací aktivita už neměla smysl (67 %), druhým nejsilnějším důvodem byly nedostatečné finanční prostředky (57 %) a třetím důvodem byl strach z nezvládnutí kurzu (Rabušic, 2008, s. 282). Tento průzkum ukázal, že neúčast na vzdělávacích aktivitách má hlavně psychologický původ, lidem ve vyšším věku chybí motivace ke vzdělávání a také mají nízké sebehodnocení.

Velkou bariérou v účasti na vzdělávání seniorů je také nezájem seniorů, jak dokazují výsledky výzkumu Rabušice uvedené výše, i dojem, že by tyto aktivity neměly smysl. Tyto důvody k neúčasti seniorů na vzdělávání jsou patrně způsobeny špatnou informovaností o přínosech těchto aktivit jak na straně jednotlivců, tak na straně obcí a regionů. *Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 – 2017* chce zvýšit podíl seniorů zapojených do zájmového vzdělávání také zvýšením informovanosti obcí, městských částí a místních organizací např. na příkladech dobré praxe o přínosech virtuálních U3V (MPSV, 2012). Dle mého názoru by se do osvěty o přínosech vzdělávání ve stáří měla více zapojit také média. V regionálních denících sice často bývají informace např. o nabídce kurzů, ale většinou chybí právě přínosy plynoucí z absolvování těchto kurzů. Dalším způsobem šíření informovanosti o přínosech vzdělávání by mohlo být i zapojení praktických lékařů a nemocnic.

I přes výše zmíněné bariéry se počet lidí ve věku 50 – 64 let účastní vzdělávání stále více. Podle průzkumu Eurostatu z roku 2003 byla účast na vzdělávání v této skupině pouze 20 %, což Českou republiku spolu s Maďarskem (4 %), Řeckem (7 %), Španělskem (14%), Polskem (16 %), Litvou (16 %) a Estonskem (16 %) řadilo mezi státy s nejnižší účastí na vzdělávání v celé Evropě. Podle průzkumu z roku 2011 se ve věku 55 až 64 let vzdělávalo 20,4 % lidí, ve věku 65 až 69 let se vzdělávalo 5,4 % a lidí nad 70 let 5,8 % lidí. Celkem se na vzdělávání podílelo 31,3 % osob ve věku 55 let a více. (Šerák, 2013, s. 30).

4 Možnosti vzdělávání seniorů v České republice

Jan Amos Komenský se ve svém pedagogickém díle Pampaedie (Vševýchova) zabýval myšlenkou celoživotního učení, které by končilo až smrtí člověka. Ve *Škole stáří*, které nejlépe odpovídá dnešní koncept univerzit třetího věku, se měli lidé učit: „*moudře využívat dosavadní životní práce, správně prožívat zbytek života a správně uzavřít celý život smrtelný a správně vykročit v život věčný*“. Škola stáří měla tři třídy. První třída měla být určena z dnešního pohledu mladým seniorům, kteří: „*se ohlížejí po svých úkolech (minulých i budoucích)*“. Druhá třída měla být určena lidem, kteří: „*vstoupili do zralého kmetství a spěchají dokončit, cokoliv zbývá*“. A třetí třída by sloužila: „*sešlým, kteří už jen vyhlížejí smrt*.“ (Komenský, 1948, s. 240). I přesto, že tento koncept vznikl v 17. století, instituce, která by podobné myšlenky zrealizovala vznikla až v 70. letech 20. století. První univerzitu třetího věku založil profesor François Vellas v Toulouse. Univerzita měla být určena pro ty, kdo se chtěli zabývat v životě i něčemu jinému než jen svým koníčkům. Tito lidé se na univerzitu hlásili, protože se chtěli dále vzdělávat ve svém nebo v jiném oboru, nebo protože chtěli studovat už dříve, ale kvůli nepříznivým okolnostem neměli možnost (Haškovcová, 2010, s. 127).

V dnešní době mají senioři relativně širokou nabídku možností ke kvalitnímu trávení volného času formou vzdělávání na již zmíněných univerzitách třetího věku, akademiích třetího věku, lidových univerzitách (Skandinávie) nebo v tzv. Elderhostelech, které jsou populární v USA a Kanadě (Mühlpachr, 2004, s. 140).

V České republice je nabídka vzdělávání seniorů relativně široká, proto jsou níže zmíněny jen ty vzdělávací instituce, které jsou odborné literatuře zmiňovány nejčastěji.

4.1 Univerzity třetího věku

Nejznámější formou vzdělávání ve stáří je studium na *univerzitách třetího věku* (U3V). Na českém území vznikla první instituce tohoto druhu v roce 1986 při Univerzitě Palackého v Olomouci a v roce 1987 při 1. Lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Praze. Kvůli velkému zájmu o tento druh vzdělávání vznikaly postupně U3V na většině veřejných

vysokých škol po celé České republice. V akademickém roce 2011/2012 bylo na území ČR 22 univerzit třetího věku, na kterých bylo registrováno 36 515 studentů (Vavřín, 2012).

Účelem U3V je poskytnout seniorům všeobecné, zájmové a neprofesní vzdělání na vysokoškolské úrovni (AU3V, 2008). Na konci studia tedy senioři nedosáhnou formální kvalifikace, ale obdrží certifikát o absolvování studia. Nabídka kurzů na U3V je velmi rozmanitá, zahrnuje edukaci v oblasti nových technologií (práce s počítačem, internetem), výuku cizích jazyků, aktivity na podporu fyzické a psychické kondice (trénování paměti) atd. Studium na U3V má různou délku, programy trvají od 1 do 3 let. Podmínky přijetí jsou na jednotlivých univerzitách různé. Někde je podmínkou přijetí věk, jinde stupeň dosaženého vzdělání, některé školy nemají na budoucí studenty žádné specifické požadavky. Poplatky za studium na U3V jsou velmi nízké, pohybují se řádech stokorun za akademický rok, takže se jedná o finančně dostupný způsob vzdělávání ve stáří.

Nevýhodou U3V je však horší dostupnost pro všechny zájemce, protože programy probíhají ve velkých městech, a proto mohou být hůře dostupné pro seniory z menších měst a vesnic. Tito lidé se mohou přihlásit na *Virtuální univerzitu třetího věku* (VU3V), která je určena pro ty, kteří se prezenčně nemohou účastnit studia na U3V. Univerzita třetího věku poskytuje výukové materiály (zejména videa) svým studentům na internetu a každých 14 dní probíhá výuka v tzv. konzultačních střediscích, která slouží k diskuzi nad aktuálními tématy a k ověření pochopení výkladu (Akademický klub třetího věku Aktiv, 2011).

4.2 Akademie třetího věku

Akademie třetího věku (A3V) začaly v Československu vznikat v 80. letech za účelem naplnění cílů konference Světového shromáždění o stárnutí, které se konalo v roce 1982. Na rozdíl od univerzit třetího věku poskytují A3V spíše středně náročnou formu studia, která má spíše zájmový nebo kulturně osvětový charakter. (Petřková a Čornaničová, 2004, s. 78). A3V jsou pořádány kulturními organizacemi (knihovnami, muzei, kulturními domy), domovy důchodců nebo středními školami, mohou být založeny virtuálně kýmkoliv a kdekoliv, stát jejich vznik nijak nereguluje, z tohoto důvodu může být kvalita aktivit velmi rozdílná (Šerák, 2013, s. 33). Výhodou A3V je lepší dostupnost vzdělávacích aktivit pro obyvatele okresních měst, ve kterých jsou hůře dostupné U3V.

4.3 Další instituce poskytující vzdělávání seniorů

Dalšími institucemi, poskytující vzdělávání seniorů, jsou i *univerzity volného času*. První *Univerzita volného času* byla založena na konci 80. let Danuší Steinovou jako reakce na enormní zájem o Univerzitu třetího věku na 1. Lékařské fakultě. Původně se jednalo o *Přípravný kurz pro studium na U3V*, v rámci kterého mohli neúspěšní uchazeči nastoupit na praxi do nemocnice, kde vykonávali určitý druh práce a směli se účastnit odborných přednášek. V roce 1993 se z tzv. „nultáku“ stala *Univerzita volného času* (Haškovcová, 2009, s. 134-135). Univerzita volného času pořádaná Danuší Steinovou poskytuje přednášky všem nad 18 let, podmínkou účasti na přednáškách je zaplacení kurzovného, které je pro vybrané skupiny výrazně sníženo. Přednášky se konají každý týden na celou řadu témat např. „Pražský hrad“, „Etika a morálka“ nebo „Tisíc let středověku“ (Klub aktivního stáří, 2014).

Kluby aktivního stáří, kluby dříve narozených, kluby důchodců aj. slouží zejména k uspokojení osobních zájmů a sociálních potřeb. Tyto kluby jsou pořádány jednotlivými obcemi nebo městskými částmi, ale také domovy důchodců nebo charitativními spolky. Pořádají nejrůznější aktivity, jakými jsou exkurze, kulturní a sportovní aktivity, výlety, přednášky, besedy atd. (Šerák, 2013, s. 33-34). Tyto aktivity jsou většinou dobře dostupné a poskytují seniorům možnost trávit aktivně volný čas a navazovat nové sociální vztahy.

Muzeum Beskyd ve Frýdku Místku poskytuje seniorům možnost studia na *Seniorgymnáziu*, které bylo založeno v roce 1989 a od roku 1992 se zde pravidelně přednáší. Přednášky se konají jednou za 14 dní, studium trvá čtyři roky, je ukončeno „maturitní zkouškou“ a slavnostním ukončením školního roku (Ramlíková, Weissbord, 2012, s. 10-11).

5 Empirické šetření – Možnosti vzdělávání seniorů v Ústeckém kraji

Empirické šetření se zabývá možnostmi vzdělávání seniorů v některých městech Ústeckého kraje. Tento kraj byl pro empirické šetření vybrán z důvodu absence dostupných průzkumů na témata spojená se vzděláváním seniorů v kraji. Jediným výzkumem, jehož data jsou dostupná na internetu, je výzkum Situace vzdělávání seniorů v Ústeckém kraji z roku 2014, který je zaměřen na názor obyvatel Ústeckého kraje na univerzity třetího věku (NEFLT, 2014). Dalším dostupným výzkumem je výzkum Senioři ve společnosti z roku 2005, ve kterém však vzdělávání není primárním tématem (Zich, Struhovský, 2005).

Sběr dat pro empirické šetření probíhal v Děčíně, Teplicích, Chomutově a Ústí nad Labem. Tato města byla zvolena z důvodu nejvyššího počtu obyvatel v okrese, přičemž okres Děčín má nejvyšší počet obyvatel (131 975), Teplice mají druhý nejvyšší počet obyvatel v okrese (128 796), následuje Chomutov (124 963) a nejnižší počet obyvatel (119 519) má okres Ústí nad Labem (Regionální informační servis, 2014).

5.1 Představení Ústeckého kraje a možností vzdělávání

Ústecký kraj je dle statistik jedním z nejproblémovějších krajů České republiky. V roce 2014 byla v Ústeckém kraji nejvyšší nezaměstnanost, která činila 10,73 %. Dlouhodobě má společně s Karlovarským krajem nejvyšší podíl obyvatel s neukončeným nebo základním vzděláním – 21,5 % (Český statistický úřad, 2014b). Ústecký kraj má zároveň jeden z nejnižších podílů obyvatel s vysokoškolským vzděláním – 0,9 % (Český statistický úřad, 2012b).

Obyvatelstvo Ústeckého kraje je jedno z nejmladších v České republice. V roce 2013 počet obyvatelstva Ústeckého kraje ve věku 0 – 14 let činil 15,6 % a počet obyvatelstva ve věku 15 – 64 let činil 68 %, což je v prvním případě o 0,6 % a ve druhém o 0,4 % více než je celorepublikový podíl. Počet obyvatel ve věku 64 a více let činil 16,4 %, což je o jedno celé procento nižší než celorepublikový podíl. (Český statistický

úřad, 2014c). Celkový počet obyvatel ve věku 60 let a více činil 195 529 z celkového počtu 825 120 obyvatel Ústeckého kraje (Český statistický úřad, 2014d).

Tabulka 3: Vybrané demografické údaje o obyvatelstvu Ústeckého kraje

Rok	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014
Počet Obyvatel [-]	823173	823265	831180	835891	836198	836045	828026	826764	825120	824160
Věk: 60-64 let [-]	45772	49764	54819	58295	60719	63820	63889	62001	60195	-
Věk: 65-74 let [-]	60237	61525	63092	65584	68495	70559	76107	82420	87785	-
Věk: 75-90 let [-]	41293	42310	43333	43934	44143	44392	44417	44537	44566	-
Věk: 90 a více [-]	2029	1857	1669	1556	1739	2039	2319	2655	2983	-
Hrubá mzda [Kč]	19677	21399	22614	24198	24593	24874	23081	23658	23938	23072
Míra nezaměstnanosti [%]	14,50	13,70	9,90	7,95	10,07	11,16	9,85	10,75	9,41	10,73
Základní vzdělání [-]	-	-	-	-	-	-	151192	-	-	-
Středoškolské vzdělání [-]	-	-	-	-	-	-	440953	-	-	-
Vysokoškolské vzdělání [-]	-	-	-	-	-	-	54594	-	-	-

Zdroj: Český statistický úřad, 2012b; Český statistický úřad, 2014c; Český statistický úřad, 2014d

V Ústeckém kraji existuje celá řada možností vzdělávání seniorů, níže budou uvedeny jen ty, které obyvatelé Ústeckého kraje nad 60 let věku uváděli v dotazníkovém šetření.

5.1.1 Univerzity třetího věku

Univerzity třetího věku (U3V) jsou podle dotazníkového šetření nejznámějšími institucemi, které poskytují vzdělávání v seniorském věku. Největším poskytovatelem vzdělávání ve stáří je *U3V při Univerzitě Jana Evangelisty Purkyně* v Ústí nad Labem, která byla založena roku 1994. První cyklus přednášek, který se konal mezi lety 1994 – 1997, navštěvovalo 54 seniorů. Od té doby zájem o tento typ vzdělávání stále rostl, důkazem je 575 přihlášených seniorů na dvouletý cyklus v roce 2011. Na U3V se mohou hlásit všichni nad 50 let věku, a to jak na celý dvouletý cyklus, tak do jednotlivých kurzů U3V. Po ukončení dvouletého cyklu získávají absolventi Osvědčení o absolvování studijního programu Univerzity třetího věku při UJEP. Povinně volitelné kurzy si mohou senioři zvolit z celé řady oblastí: historie, náboženství, grafologie, medicíny, psychologie, ekonomiky, práva aj. Volitelné kurzy jsou rozděleny na čtyři tematické okruhy: jazykové kurzy, IT kurzy, výtvarné kurzy a kluby. K úspěšnému absolvování cyklu musí posluchači navštěvovat jediný povinný kurz, kterým je Diplomový seminář. (UJEP, 2013).

U3V Fakulty dopravní ČVUT v Děčíně pořádá kurzy počítačových dovedností, jazykové kurzy a nově v letním semestru 2014/2015 také kurz Historie dopravy

a Sociologie rodiny pro všechny seniory se statutem důchodce, kteří nejsou ekonomicky aktivní, pro invalidní důchodce a pro všechny nezaměstnané nebo čekající na statut důchodce ve věku 50+. Kurzy trvají 2 hodiny týdně a stojí 500 Kč za semestr/za kurz (ČVUT, 2015).

První běh *U3V Rumburk* při Vysoké škole Karlovy Vary (VŠKV) byl ukončen v akademickém roce 2012/2013. V současné době probíhá 2. běh tříletého studia pro seniory. VŠKV poskytuje vzdělání v právní oblasti, takže i vzdělávací program U3V je orientován primárně na výuku zaměřenou na právo. Kurzy, které na U3V probíhají, jsou pevně stanoveny, senioři absolvují v prvním ročníku předměty především z oblasti historie práva (např. Právní kapitoly Koruny české), ve druhém ročníku z oblasti ekonomie a práva a ve třetím ročníku lékařské právo a psychologii. Výuka probíhá jednou za 14 dní a poplatek za semestr činí 1000 Kč (VŠKV, 2015).

5.1.2 Knihovny

Mezi seniory z Ústeckého kraje jsou velmi známé přednášky v rámci Virtuální univerzity třetího věku, které poskytuje *Regionální knihovna Teplice*. Každý semestr zde probíhají přednášky na jednotné téma. V letošním letním semestru je tímto tématem Etika jako východisko z krize společnosti, v zimním semestru 2014/2015 probíhaly přednášky na téma Lidské zdraví. Přednášky se konají jednou za 14 dní v odpoledních hodinách, cena za semestr je 300 Kč. Regionální knihovna Teplice také pravidelně pořádá bezplatný jednohodinový Kurz základních vědomostí o práci s internetem nebo on-line knihovnickým katalogem CARMEN (Regionální knihovna Teplice, 2015). Podobnou službu formou osobní konzultace pořádá pro seniory a rodiče na rodičovské dovolené Severočeská vědecká knihovna Ústí nad Labem, která je zaměřena na základy práce s internetem (základní vyhledávání informací na internetu) (SVKUL, 2015).

Městská knihovna v Děčíně pořádá celou řadu placených kurzů, avšak výhradně pro seniory je určen pouze jeden kurz, kterým jsou Výtvarné dílny, které probíhají od září/října do května, v dopoledních hodinách a trvají 1,5 hodiny. Kurzovné je v tomto případě poněkud vyšší, činí 3000 Kč za kurz (Městská knihovna Děčín, 2015).

5.1.3 Kluby seniorů

Kluby pro seniory umožňují svým členům především sociální kontakt, avšak probíhají zde i některé vzdělávací aktivity. V Teplicích mají senioři možnost stát se členy společenského klubu *Zvonkohra*, členové klubu se společně účastní některých sportovních aktivit (plavání, společenský tanec, turistika) a přednášek např. na téma osobní rozvoj nebo fotografování (kompozice, úprava fotografií atd.) (Senzační senioři, 2014).

Denní centrum *Kanape* je aktivizační službou pro seniory a osoby se zdravotním postižením v Teplicích, které funguje od roku 2008. I Kanape slouží primárně k setkávání seniorů, ale zároveň je zde možné účastnit se jazykových kurzů anglického a německého jazyka, výtvarných kurzů, půjčit si knihy nebo využít internet (Senior Teplice, 2015).

5.1.4 Další instituce zmíněné v dotazníkovém šetření

Dva respondenti dotazníkového šetření se účastní přednášek o zdravé výživě pořádaných Lázněmi Beethoven v Teplicích. Na webových stránkách o těchto aktivitách není zmínka. Informace o nadcházejících přednáškách se senioři mohou dozvědět v prostorách Lázní Beethoven. Z toho vyplývá, že přednášky jsou pravděpodobně určeny primárně lázeňským hostům, nikoli široké veřejnosti.

V několika případech byl zmíněn i Magistrát města Děčín, jako instituce poskytující vzdělávací aktivity, ale na oficiálních webových stránkách žádné informace o možnostech vzdělávání nejsou. Pro více informací byla oslovena prostřednictvím emailu i vedoucí odboru vzdělávání a kultury Mgr. Bc. Iva Blajerová, ta ale nereagovala. V jaké konkrétní podobě se tedy respondenti prostřednictvím magistrátu vzdělávají, nebylo zjištěno.

5.2 Metodika šetření

5.2.1 Cíle šetření

Hlavním cílem šetření je zjistit, *kteře instituce, poskytující vzdělávání ve stáří, respondenti znají*. Dílčím cílem šetření je zjistit, v jakých institucích se respondenti

nejčastěji vzdělávání účastní, zda např. preferují aktivity pořádané U3V, které jsou realizované formou přednášek, nebo spíše praktičtější orientované aktivity např. v klubech pro seniory. Dalším dílčím cílem je identifikace bariér, které nejčastěji respondentům brání ve vzdělávání a zjištění zda převažují bariéry situační, institucionální nebo dispoziční podle dělení Patricie K. Cross (viz 3.3.3). Posledním dílčím cílem je zjistit, zda je zkušenost s ageistickým chováním čtenější s přibývajícím věkem respondentů.

5.2.2 Hypotézy šetření

H1: Čím vyšší je dosažené vzdělání respondenta, tím vyšší je pravděpodobnost, že se bude vzdělávat.

U této hypotézy vycházím z předpokladu, že lidé s vyšším vzděláním se ve stáří budou vzdělávat více, než lidé s nižším vzděláním. Celá řada výzkumů (např. Respekt institut, 2010, s. 102) prokázala skutečnost, že se zvyšujícím se vzděláním roste i účast na vzdělávacích aktivitách ve stáří. Tento jev lze vysvětlit např. tím, že lidé s vyšším vzděláním se průběžně vzdělávali v průběhu produktivního života, např. protože to vyžadoval charakter jejich pracovní pozice, vzdělávání se tak pro ně stalo přirozenou potřebou. Avšak dnešní senioři nemají tak často vysokoškolské vzdělání, jako je tomu ve střední a mladší generaci.

H2: Čím je vyšší věk respondenta, tím je vyšší pravděpodobnost, že bude mít zkušenost s ageistickým chováním.

Tento předpoklad byl vytvořen na základě tvrzení Vidovičové a Rabušice (2003, s. 16), kteří uvádí, že se s ageistickým chováním setkal každý třetí člověk ve věku 60 let. Ve věku 70 let a více má zkušenosti s tímto druhem chování až každý druhý člověk. Se zvyšujícím se věkem jsou psychické a fyzické změny stále výraznější. Některé důsledky stárnutí, jako je např. zpomalení pohybů, zhoršený zrak či sluch, mohou být okolím přijímány s netrpělivostí a mohou vést k ageistickým projevům vůči seniorovi (více o zdrojích ageismu viz kapitola 2.2).

H3: Nejznámější institucí, poskytující vzdělávání ve stáří, je pro respondenty univerzita třetího věku.

U3V při Univerzitě Jana Evangelisty Purkyně je největším poskytovatelem vzdělávání pro seniory v kraji (NEFLT, 2014). U3V samotné nebo jejich pobočky jsou ve většině měst Ústeckého kraje (Ústí nad Labem, Chomutov, Most, Děčín, Litoměřice). O aktivitách U3V se také velmi často zmiňují regionální deníky (např. Zpravodaj města Děčín, číslo 2/2015).

H4: Hlavním důvodem k účasti na vzdělávání je pro respondenty potřeba kontaktu s jinými lidmi.

Podle Fidsena a Formosy jsou pro seniory nejčastějšími důvody k účasti na vzdělávání sociální vztahy a sociální blaho (2011, s. 121), podle Šeráka je to touha po „*snížení pocitu osamocení*“ (2009, s. 193-194). Předpokládám, že právě nedostatek sociálních interakcí v běžném životě je pro seniory největší motivací k účasti na vzdělávání.

H5: V důvodech neúčasti na vzdělávání převládají dispoziční bariéry nad institucionálními a situačními bariérami.

Tento předpoklad byl vytvořen na základě výsledků výzkumu Rabušice (2008, s. 283), ve kterém byly nejčastějšími bariérami: vzdělávání již nemá smysl a výuku ve svém věku již nezvládnu, což jsou bariéry vycházející z psychického stavu jedince a řadí se tak mezi bariéry dispoziční (viz 3.3.3).

5.2.3 Metodika zkoumání

Vzhledem k výzkumným cílům, které se dotýkají celé řady oblastí problematiky vzdělávání ve stáří, bylo zvoleno kvantitativní šetření, jehož základem je podle Punche zkoumání vztahů mezi proměnnými pomocí měření určitého počtu proměnných u vzorku lidí např. použitím dotazníku (Punch, 2008, s. 9). K realizaci kvantitativního šetření byl použit vlastní strukturovaný dotazník (Příloha A), který obsahuje celkem 14 otázek, z čehož je 7 uzavřených, u kterých respondenti mohli volit pouze z nabízených možností. 4 polouzavřené otázky, zde byla možnost odpovědi z uvedených možností i vlastní

odpověď a 3 volné otázky, kde mohli respondenti zvolit svou vlastní odpověď (Reichel, 2009, s 102).

V úvodu dotazníku je krátce představena osoba autorky. Dále je uvedeno, na jaké informace se dotazník bude zaměřovat a krátce je vysvětleno, jakým způsobem může organizované vzdělávání probíhat. Součástí úvodního textu je i informace o způsobu vyplňování a informace o tom, že je dotazník anonymní. Celkový vzhled dotazníku byl přizpůsoben specifikům cílové věkové skupiny respondentů pomocí velikosti písma, formulace otázek a kratšího rozsahu.

První 4 otázky dotazníku sloužily k obecné charakteristice respondentů. 10 otázek bylo orientováno na ověření hypotéz a zjištění výzkumných cílů. Otázka č. 4, která se dotazuje na místo bydliště, sloužila kromě identifikace místa bydliště i k filtraci těch respondentů, kteří nebydlí v Ústeckém kraji. Dotazníky od obyvatel žijících mimo Ústecký kraj byly z šetření vyřazeny. Otázka číslo 9 „Účastníte se vzdělávacích aktivit“ byla rovněž filtrační, pokud respondent odpověděl „Ne“, přesunul se ve vyplňování na otázku číslo 14, která zkoumala bariéry, které brání respondentům ve vzdělání. U otázek, které se dotazovaly na motivaci, přínos, oblast vzdělávání a bariéry, bylo možné zvolit více než jednu odpověď.

Dotazník byl šířen formou elektronického odkazu na Formulář, který byl vytvořen pomocí nástroje Google Docs, majoritní část však byla distribuovaná v tištěné podobě.

5.2.4 Charakteristika výzkumného vzorku

Cílovým souborem tohoto šetření byli obyvatelé Ústeckého kraje ve věku 60 a více let. Tato věková hranice byla zvolena podle Světové zdravotnické organizace, která uvádí věk 60 let jako počátek stáří (2015). V dotazníku je uvedena i možnost 59 a méně let, která měla předejít nucené nepravdivé odpovědi u lidí, kteří nedosáhli věku 60 let. Nikdo mladší 60 let se však šetření nezúčastnil. Dalším kritériem pro vyplnění dotazníku bylo, kromě dobrovolnosti a věku, také místo bydliště. Pokud respondent nebydlel v Ústeckém kraji, byly jeho odpovědi z šetření vyřazeny. Celkem bylo z tohoto důvodu vyřazeno 5 dotazníků.

5.2.5 Sběr a vyhodnocení dat

Sběr dat probíhal ve městech Děčíně, Teplicích, Chomutově a Ústí nad Labem ve zdravotnických zařízeních. Zdravotnická zařízení byla vybrána zejména kvůli vyšší koncentraci starších osob a vyšší ochotě dotazník vyplnit, během čekání na vyšetření v čekárnách. Nevýhodou zdravotnických zařízení je vyšší koncentrace osob se zdravotními problémy, které brání plnohodnotnému trávení volného času.

V Děčíně sběr dat probíhal v soukromé zubní ordinaci, v Ústí nad Labem na interním oddělení Masarykovy nemocnice, v Chomutově v soukromé diabetologické ordinaci a v Teplicích v oční ordinaci v Nemocnici Teplice. Na všech uvedených místech sběr dat probíhal pod vedením pověřené osoby, která byla srozuměna s kritérii vyplňování dotazníku. Některé dotazníky byly také vyplněny lidmi z okruhu známých autorky, jednalo se zejména o obyvatele města Teplic, a to ve formě online dotazníků i v tištěné formě. Cílem šetření nebylo jednotlivá města porovnávat, proto není zastoupení respondentů z jednotlivých měst stejně početné.

Výsledky tištěného dotazníku byly ručně převedeny do programu Google Doc, který data vyhodnotil formou tabulky v MS Excel. V této tabulce pak probíhala tvorba tabulek a grafů, které jsou uvedeny níže. Závislost mezi jednotlivými znaky byla provedena pomocí testu dobré shody – chí kvadrát test.

5.3 Výsledky šetření

Dotazníkového šetření se zúčastnilo 150 osob. Z tohoto počtu bylo 5 dotazníků vyřazeno z důvodu místa bydliště mimo Ústecký kraj a 2 dotazníky byly vyřazeny z důvodu neúplného vyplnění, kdy chyběly odpovědi asi k polovině otázek. Celkem bylo k statistickému vyhodnocení použito 143 dotazníků.

Dotazníkového šetření se účastnilo celkem 88 žen (62 %) a 55 mužů (38 %). Největší zastoupení má u obou pohlaví věková skupina 65 – 74 let, celkem 72 respondentů. Největší zastoupení právě této věkové skupiny odpovídá věkovému rozložení populace Ústeckého kraje ve věku 60 a více let, kde je právě tato věková skupina nejpočetnější (viz Tabulka 3). Následuje věková skupina 75 – 89 let, v tomto věkovém

rozpětí odpovídalo celkem 39 respondentů a ve věkové skupině 60 – 65 let odpovídalo 32 respondentů. Žádný respondent ve věku 59 a méně let a 90 let a více let se šetření nezúčastnil.

Tabulka 4: Složení respondentů podle věku a pohlaví

Věk	Muži	Muži [%]	Ženy	Ženy [%]	Celkem	Celkem [%]
59 a méně let	0	0	0	0	0	0
60-64 let	10	18	22	25	32	23
65-74 let	26	47	46	52	73	5
75- 89 let	19	35	20	23	39	27
90 a více let	0	0	0	0	0	0

Zdroj: vlastní šetření

Z hlediska vzdělání má nejvíce respondentů středoškolské vzdělání, celkem 63 respondentů (44 %), a to u obou pohlaví. Nejmenší podíl – celkem 9 respondentů (7 %), má základní vzdělání, také u obou pohlaví. Druhý nejnižší podíl má vyučení s maturitou 18 respondentů (14 %), vysokoškolské vzdělání 26 respondentů (17 %) a vyučení bez maturity 27 respondentů (18 %). Zde je zajímavé rozvrstvení nejvyššího dosaženého vzdělání u obou pohlaví. U mužů, kteří se zúčastnili dotazníkového šetření, jsou mezi jednotlivými stupni vzdělání menší početní rozdíly než u žen. Zejména rozdíl v počtu středoškolsky a vysokoškolsky vzdělaných mužů je rozdíl pouze 7 % ve prospěch středoškolského vzdělání, zatímco u žen činí tento rozdíl 27 %.

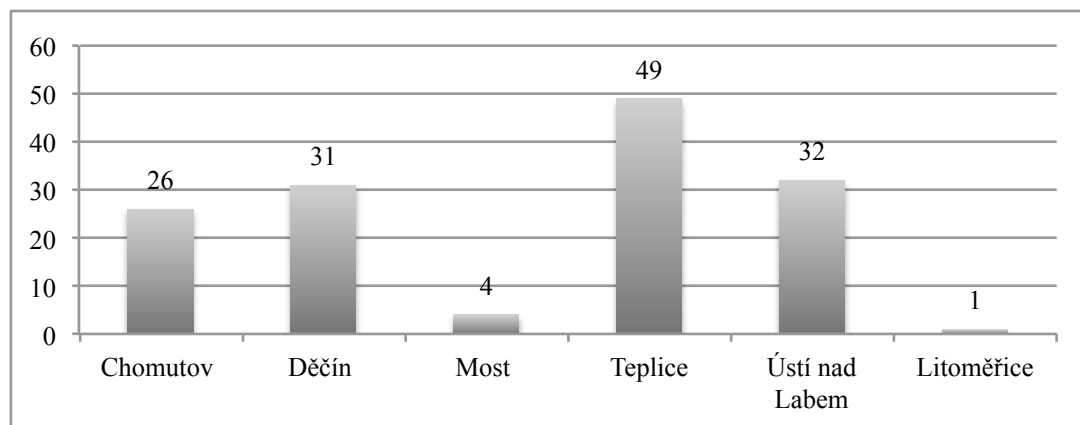
Tabulka 5: Složení respondentů podle nejvyššího dosaženého vzdělání

Nejvyšší dosažené vzdělání	Muži	Muži [%]	Ženy	Ženy [%]	Celkem	Celkem [%]
Základní	3	5	6	7	9	7
Vyučení bez maturity	12	22	15	17	27	18
Vyučení s maturitou	10	18	8	9	18	14
Středoškolské	17	31	46	52	63	44
Vysokoškolské	13	24	13	15	26	17

Zdroj: vlastní šetření

Největší zastoupení mezi respondenty mají obyvatelé Teplic 49 respondentů (34 %), následuje Ústí nad Labem 32 respondentů (23 %), Děčín 31 respondentů (22 %), Chomutov 26 respondentů (18 %). Zastoupení zde mají i obyvatelé Mostu (4 respondenti 2 %) a Litoměřic (1 respondent 1 %), ačkoliv v těchto městech sběr dat neprobíhal. Jak již bylo uvedeno výše, cílem práce není porovnávat jednotlivá města, tento údaj slouží spíše k lepší představě o výzkumném vzorku.

Graf 1: Početní zastoupení respondentů podle místa bydliště



Zdroj: vlastní šetření

Na otázku, která zkoumala zkušenosti respondentů s ageistickým chováním, odpovědělo 124 respondentů (87 %) „Ne“, 9 respondentů (6 %) odpovědělo „Ano“ a 10 respondentů (7 %) odpovědělo „Nechci odpovédět“. Pokud na tuto otázku respondent odpověděl „Ano“ měl vysvětlit, jak se nevhodné chování projevovalo. Na tuto otázku odpovědělo 7 respondentů následovně:

Muž, 60 – 64 let: „Dávají mi najevo, že už jsem starý.“

Muž, 65 – 74 let: „Celkově mám pocit, že mají mladí lidé k nám – starším, celkově horší přístup.“

Žena, 65 – 74 let: „Stáří = handicap, ale já si s tím poradím a nevadí mi to.“

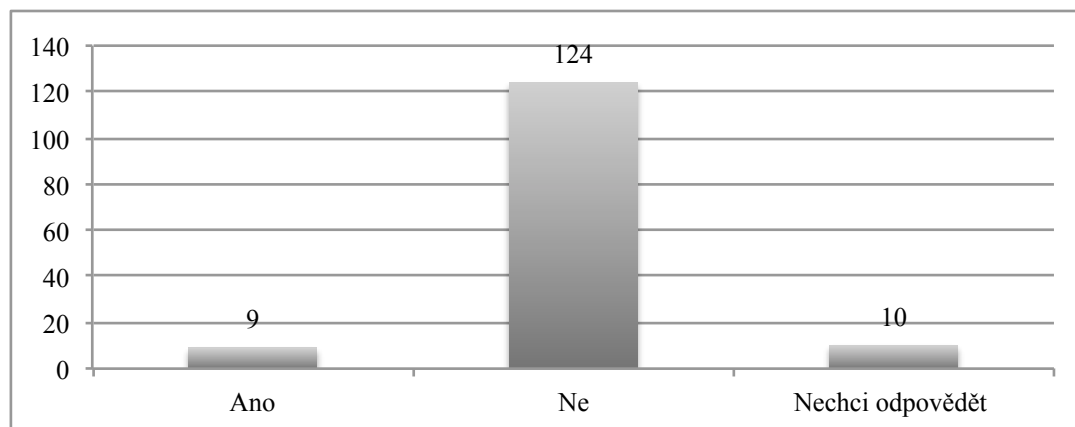
Žena, 75 – 89 let: „Bezohlednost.“

Žena, 75 – 89 let: „Neochota mladých, např. v MHD.“

Muž 65 – 74 let: „Jsi starý, tak zaujmi své místo.“

Žena 60 – 65 let: „Odměřenost.“

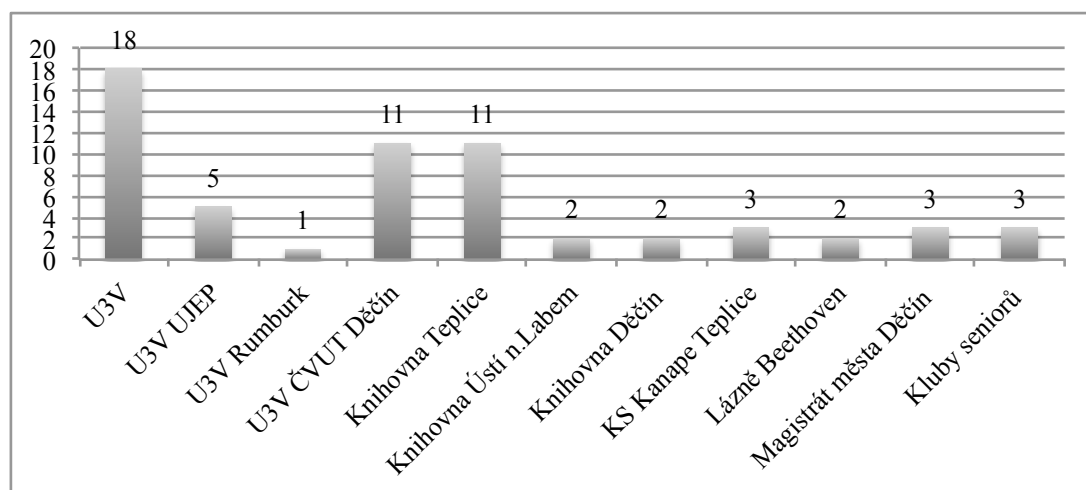
Graf 2: Zkušenost s ageistickým chováním



Zdroj: vlastní šetření

Z celkem 143 respondentů zná v okrese, ve kterém žije, nějakou vzdělávací aktivitu 48 respondentů (34 %), 95 respondentů (66 %) nezná žádnou vzdělávací aktivitu. Pokud respondent aktivitu zná, měl uvést jakou aktivitu zná, popř. kde se aktivita koná a která organizace ji pořádá. 3 respondenti, kteří uvedli, že nějakou aktivitu znají, neuvedli o jakou aktivitu se konkrétně jedná. Respondenti ve většině případů uváděli více institucí než pouze jednu. Pokud uváděli pouze jednu instituci, jednalo se ve většině případů o univerzitu třetího věku.

Graf 3: Instituce poskytující vzdělávací aktivity známé respondentům



Zdroj: vlastní šetření

Vzdělávání se účastní 21 respondentů (15 %), příležitostně se vzdělává 10 respondentů (7 %) a nevzdělává se 112 respondentů (78 %). Z toho se vzdělávání

účastní více ženy než muži. 21 respondentů se účastní vzdělávání. Z toho je 17 žen (81 %) a 4 muži (19 %). Příležitostně se vzdělává 6 žen (60 %) a 4 muži (40 %).

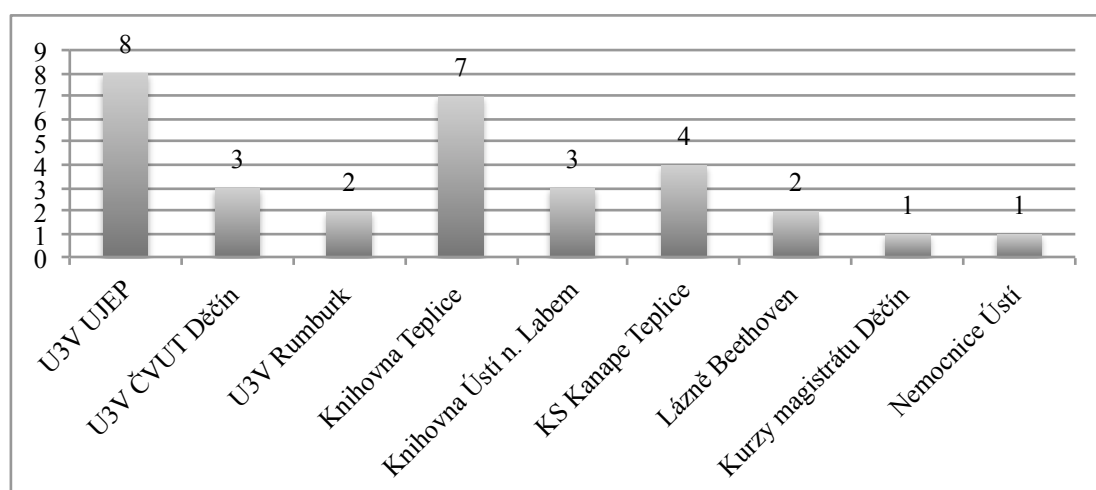
Tabulka 6: Účast na vzdělání podle pohlaví

Pohlaví	Ano	Příležitostně
Žena	17	6
Muž	4	4

Zdroj: vlastní šetření

Nejčastěji se respondenti vzdělávají na U3V při Univerzitě Jana Evangelisty Purkyně v Ústí nad Labem. Časté jsou u respondentů kombinace vzdělávacích aktivit, a to většinou na U3V a v knihovně (3 respondenti), U3V a klubech pro seniory (2 respondenti). 4 respondenti uvedli, že se vzdělávají mimo Ústecký kraj, konkrétně na U3V FF UK v Praze, U3V ČZU v Praze, na kurzech SPCCH Praha (Svaz postižených civilizačními chorobami). V jednom případě respondent pouze uvedl, že se vzdělává v Praze. 1 respondent uvedl, že se vzdělává v rámci zaměstnání.

Graf 4: Zastoupení institucí podle účasti respondentů

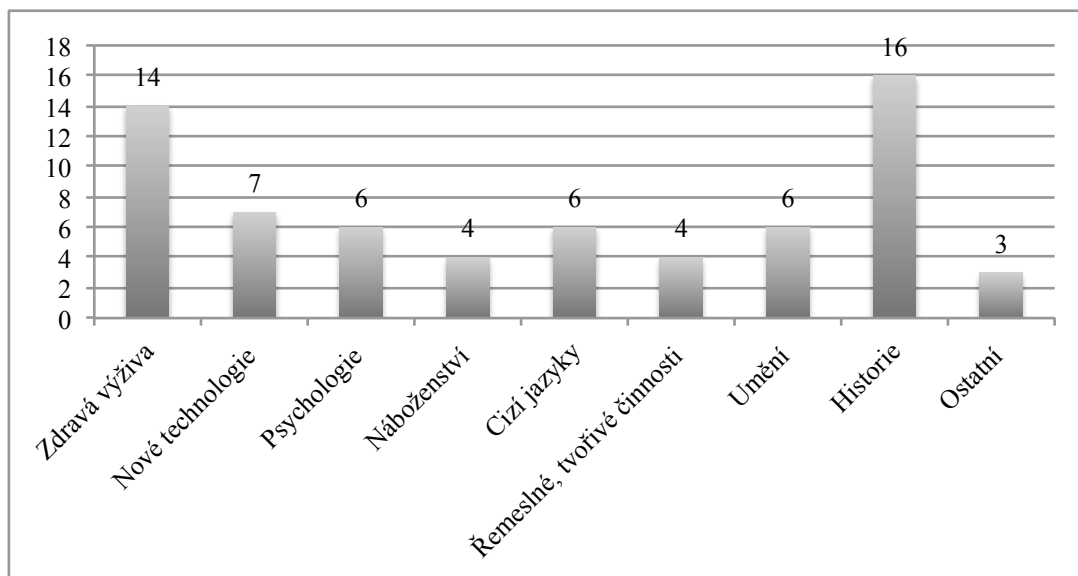


Zdroj: vlastní šetření

V odpovědích na následující tři otázky odpovídali pouze ti respondenti, kteří u otázky na účast na vzdělávání odpověděli „Ano“ a „Příležitostně“, celkem tedy 31 respondentů. U těchto otázek se dalo označit více odpovědí, proto součet odpovědí bude přesahovat 100 %. Ti, kteří odpověděli, že se vzdělávání neúčastní, pokračovali ve vyplnění otázkou číslo 14.

Respondenti se nejčastěji vzdělávají v oblasti historie (16 odpovědí) a v oblasti zdravé výživy a životního stylu (14 odpovědí), nejméně se respondenti vzdělávají v oblasti náboženství (4 odpovědi) a participují na řemeslných a tvořivých činnostech (4 odpovědi). U této otázky byla i možnost vlastní odpovědi, možnost Ostatní byla zvolena ve třech případech, ale byly uvedeny pouze dvě odpovědi, a to „medicína“ a „finance“.

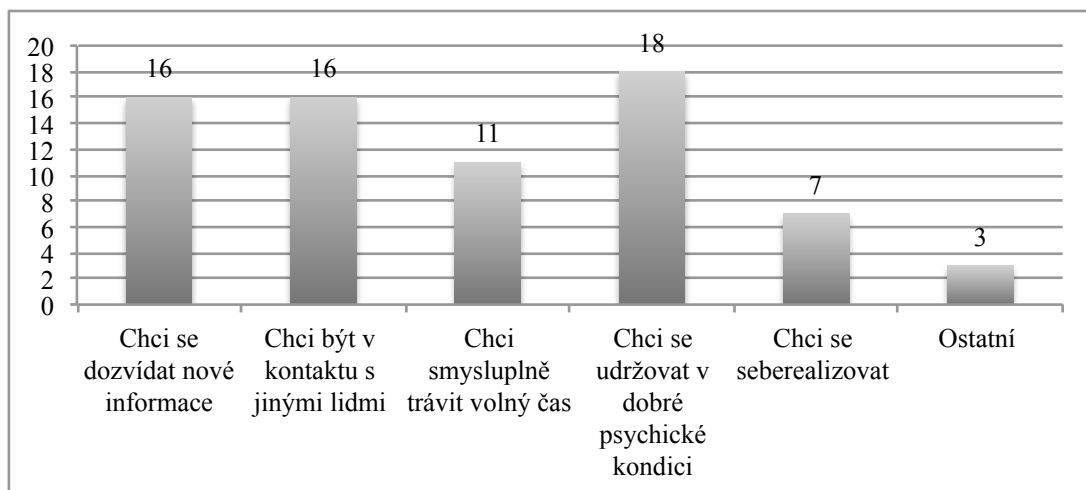
Graf 5: Oblasti vzdělávání



Zdroj: vlastní šetření

Největší motivací je pro respondenty udržet se v dobré psychické kondici (18 odpovědí), získávat nové informace (16 odpovědí) a být v kontaktu s jinými lidmi (16 odpovědí), naopak jen v 7 případech je pro respondenty motivací potřeba seberealizace. I zde byla možnost uvést vlastní odpověď, v jednom případě jsou důvodem k účasti na vzdělávání pracovní důvody, jeden respondent uvedl odpověď: „Prostě mě to baví.“ Jeden respondent označil možnost Ostatní, ale svou odpověď neuvedl.

Graf 6: Motivace k účasti na vzdělávání



Zdroj: vlastní šetření

Jako nejčastěji uváděné pozitivum, které vzdělávání přináší, uváděli respondenti možnost „Mám více přátel“ (15 odpovědí) a dále možnost „Nové informace mi pomáhají zvládat lépe každodenní povinnosti“ (13 odpovědí). Nejméně často byla uváděna možnost „Znovu jsem získal/a smysl života“ (6 respondentů). 4 respondenti k uvedeným možnostem přidali i svoji odpověď:

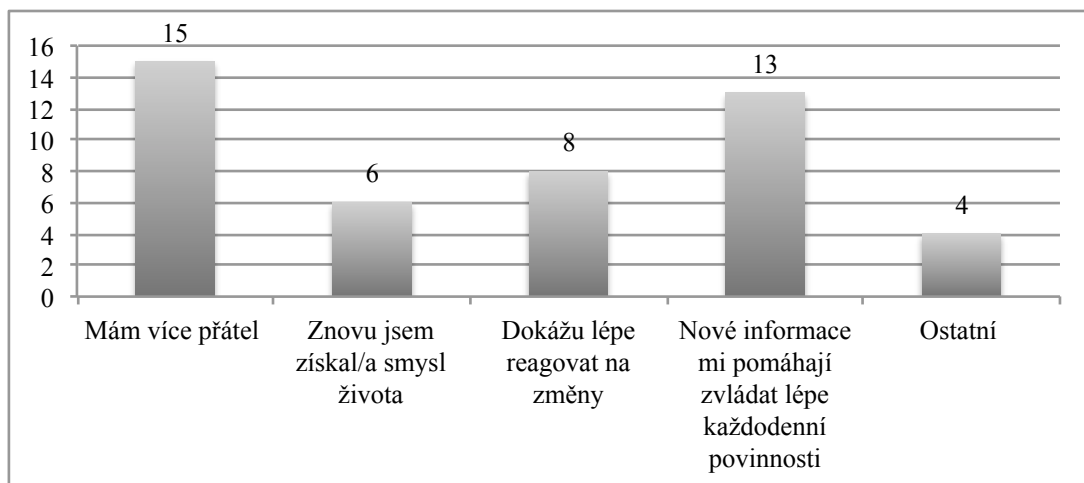
„Dobrý pocit“

„Těší a zajímá mne získávat nové informace.“

„Naplňuje mě to.“

„Je to můj koníček, hlavně jazyky.“

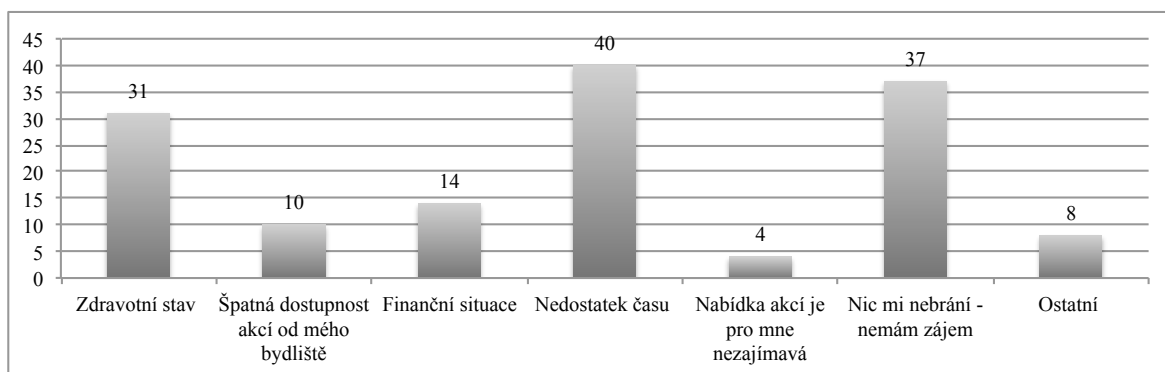
Graf 7: Dopad vzdělávání na život seniorů



Zdroj: vlastní šetření

Na poslední otázku zkoumající bariéry, které respondentům brání ve vzdělávání, odpovídalo 112 respondentů. U této otázky bylo možné označit více odpovědí a uvést i svoji odpověď.

Graf 8: Důvody k neúčasti na vzdělání



Zdroj: vlastní šetření

Nejčastějším důvodem k neúčasti na vzdělávání je pro respondenty nedostatek času (40 odpovědí) a nezájem o vzdělávací aktivity (37 odpovědí), zdravotní stav je pro respondenty překážkou v 31 případech. Naopak nejméně často je překážkou nezajímavá nabídka vzdělávacích aktivit (4 odpovědi), špatná dostupnost (10 odpovědí) a finanční situace (14 odpovědí). 8 respondentů uvedlo i svoji odpověď:

„Věnuji se svým aktivitám.“

„Vzdělávám se sám.“

„Mám nemocnou družku.“

„Volím raději individuální možnost zaměření se na to, co mne konkrétně zajímá.“

„Mám vlastní aktivity.“
„Hlídám vnučku.“
„Stále pracuji.“
„Ještě jsem o tom nepřemýšlel.“

5.4 Analýza dat

V následujícím textu budou ověřovány hypotézy (viz 5.2.2) a prezentovány výsledky dotazníkového šetření. Všechny hypotézy byly ověřovány na hladině významnosti 0,05. Všechny výsledky chí kvadrát testu jsou uvedeny v Příloze B.

H1: Čím vyšší je dosažené vzdělání respondenta, tím vyšší je pravděpodobnost, že se bude vzdělávat.

H0: Neexistuje statisticky významná závislost mezi dosaženým vzděláním a účastí na vzdělávání.

HA: Existuje statisticky významná závislost mezi dosaženým vzděláním a účastí na vzdělávání.

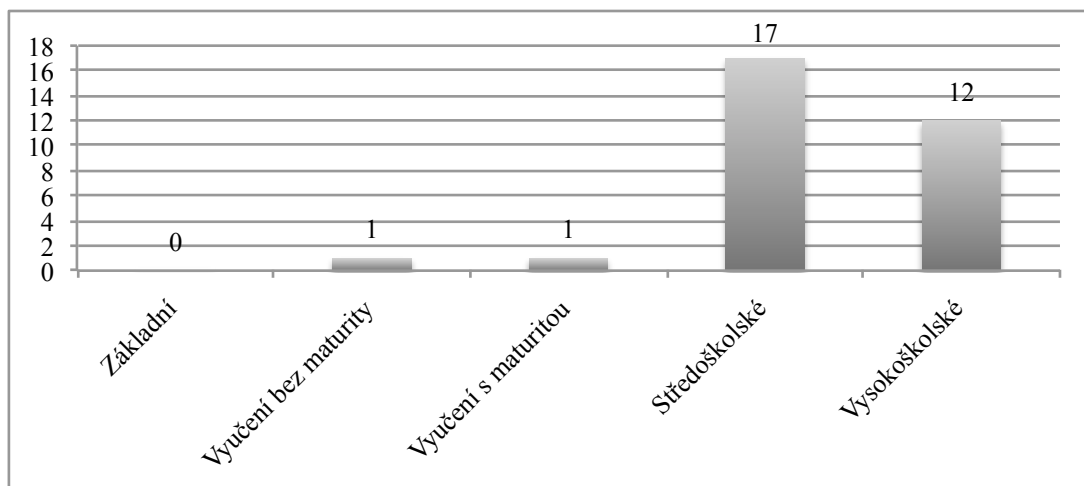
Kritická hodnota testovaného kritéria: 15,51

Testované kritérium: 17,69

Závěr: Po zpracování statistiky pomocí testu dobré shody χ^2 bylo zjištěno, že lze zamítnout nulovou hypotézu (H0) a lze tedy přijmout alternativní hypotézu (HA). S pravděpodobností 95 % vzdělání respondentů ovlivňuje zájem o vzdělávání v seniorském věku. H1 je tímto potvrzena. Po zpracování statistiky pomocí znaménkové metody bylo zjištěno, že respondenti s vysokoškolským vzděláním se vzdělávají významněji více (s 99 % pravděpodobností), než respondenti s nižším než vysokoškolským vzděláním.

Z celkem 31 respondentů, kteří uvedli, že se vzdělávání účastní nebo účastní příležitostně, nemá žádný základní vzdělání. 1 respondent, který se účastní vzdělávání nebo účastní příležitostně, je vyučen bez maturity, 1 je vyučen s maturitou, 17 má středoškolské vzdělání a 12 vysokoškolské vzdělání.

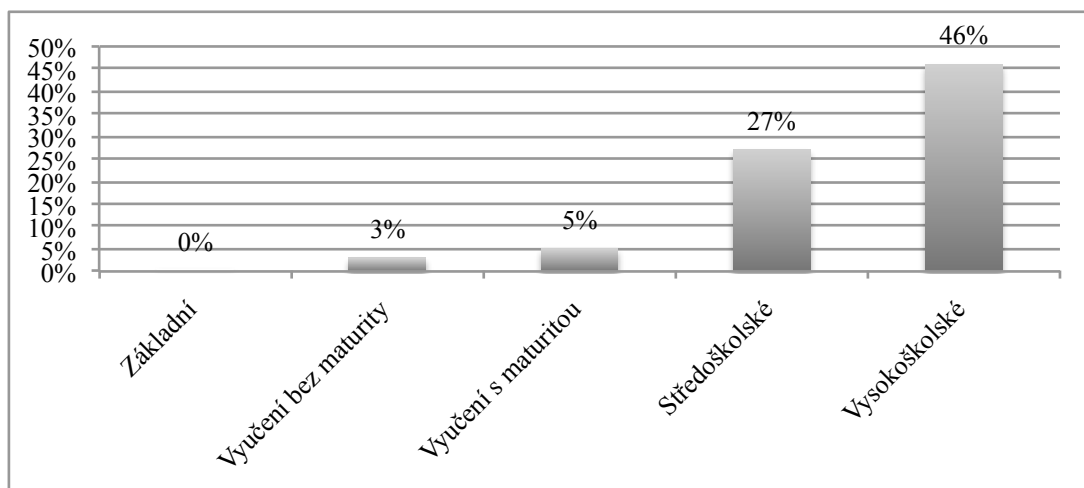
Graf 9: Účast na vzdělání podle dosaženého vzdělání



Zdroj: vlastní šetření

Z celkového počtu respondentů, kteří jsou vyučení bez maturity, tvoří 1 respondent 3% účast na vzdělávání z této skupiny. Ve skupině vyučení s maturitou je účast na vzdělávání 5 %. Středoškolsky vzdělaní respondenti se vzdělávání účastní ze 27 %. Ze všech vysokoškolsky vzdělaných respondentů se vzdělávání účastní 46 %. Z těchto čísel vyplývá, že jsou to právě vysokoškolsky vzdělaní respondenti, kteří se vzdělávání účastní častěji než respondenti s nižším vzděláním. A naopak respondenti se základním vzděláním se vzdělávání neúčastní vůbec.

Graf 10: Četnost účasti na vzdělávání podle dosaženého vzdělání



Zdroj: vlastní šetření

H2: Čím je vyšší věk respondenta, tím je vyšší pravděpodobnost, že bude mít zkušenost nebo zkušenosti s ageistickým chováním.

H0: Neexistuje statisticky významná závislost mezi věkem a zkušeností s ageistickým chováním.

HA: Existuje statisticky významná závislost mezi věkem a zkušeností s ageistickým chováním.

Kritická hodnota testovaného kritéria: 9,49

Testované kritérium: 1,95

Závěr: Po zpracování statistiky pomocí testu dobré shody χ^2 bylo zjištěno, že nelze zamítnout nulovou hypotézu (H0). S pravděpodobností 95 % není zkušenost s ageistickým chováním četnější se zvyšujícím se věkem. H2 je tímto nepotvrzena.

Z celkem 9 respondentů, kteří uvedli, že v poslední době pocítili, že se k nim někdo choval hůře kvůli jejich věku, odpovědělo „Ano“ nejvíce respondentů z věkové skupiny 65 – 74 let, avšak tato věková skupina je v šetření nepočtenější. Celkově má z této skupiny zkušenosti s ageistickým chováním 6 % respondentů, což je až druhý nejvyšší podíl. Nejvíce respondentů má zkušenost s ageistickým chováním ve věkové skupině 60 – 64 let, kde podíl činí 9 % (3 respondenti). Nejnížší podíl je ve věkové skupině 75 – 89 let.

Tabulka 7: Zkušenost s ageistickým chováním podle věku

Věk	Počet	Četnost %
60-64	3	9
65-74	4	6
75-89	2	5

Zdroj: vlastní šetření

Na otázku zkoumající zkušenosti s ageistickým chováním odpovědělo nezanedbatelných 10 respondentů „Nechci odpovědět“. Za předpokladu, že by odpověď těchto respondentů byla místo „Nechci odpovědět“ „Ano“, byl by výše uvedený předpoklad spíše potvrzen. Zkušenost respondentů s ageistickým chováním by byla 12 % u obou věkových skupin 60 – 64 let a 65 – 74 let a 15 % u věkové skupiny 75 – 89 let. Protože nelze předpokládat, z jakého důvodu respondenti na tuto otázku nechtěli odpovědět, nebyly tyto odpovědi brány v potaz.

Podle vlastních odpovědí respondentů přichází nevhodné chování často ze strany mladších osob, a to ve formě odměřenosti, bezohlednosti nebo neochoty např. v dopravních prostředcích. Jeden respondent uvedl, že má pocit, že je ve společnosti vnímán jako někdo s handicapem. Takovéto vidění stáří je typickým příkladem stereotypizace stáří jako životního období plného nemocí a překážek, které nejsou slučitelné s aktivním životním stylem mladších generací (více viz 2.2).

H3: Nejznámější institucí, poskytující vzdělávání ve stáří, je pro respondenty univerzita třetího věku.

H0: Četnosti výskytu znalostí jednotlivých vzdělávacích institucí jsou stejné.

HA: Četnosti výskytu znalostí jednotlivých vzdělávacích institucí nejsou stejné.

Kritická hodnota testovaného kritéria: 7,82

Testované kritérium: 54,16

Závěr: Po zpracování statistiky pomocí testu dobré shody χ^2 bylo zjištěno, že lze zamítnout nulovou hypotézu (H0) a lze tedy přijmout alternativní hypotézu HA. S pravděpodobností 95 % uvádějí respondenti U3V více než jiné instituce poskytující vzdělávání ve stáří. H3 je tímto potvrzena.

Respondenti uvedli univerzitu třetího věku (zde jsou započítány i konkrétní příklady U3V) 35 krát. Právě U3V byla nejčastěji zmiňovanou institucí v dotazníkovém šetření. Knihovny, jako místa pořádající vzdělávací aktivity, byly zmíněny 15 krát.

Studium na U3V má ze všech institucí nejblíže k vysokoškolské formě studia a je vedeno kvalifikovanými vyučujícími, zároveň pořádá vzdělávací aktivity z široké nabídky oborů. U3V jsou většinou zřizovány městem, výjimkou je U3V Rumburk, kterou zřizuje soukromá Vysoká škola Karlovy Vary. Patrně také z tohoto důvodu mají U3V v rámci města větší propagaci (např. v regionálních denících, městských úřadech atd.), než jiné instituce, které jsou zřizovány např. občanskými sdruženími.

H4: Hlavním důvodem k účasti na vzdělávání je pro respondenty potřeba kontaktu s jinými lidmi.

H0: Četnosti důvodu pro účast na vzdělávacích aktivitách jsou stejné.

HA: Četnosti důvodů pro účast na vzdělávacích aktivitách nejsou stejné.

Kritická hodnota testovaného kritéria: 9,488

Testované kritérium: 5,97

Závěr: Po zpracování statistiky pomocí testu dobré shody χ^2 bylo zjištěno, že nelze zamítnout nulovou hypotézu (H0). S pravděpodobností 95 % není pro respondenty hlavním důvodem k účasti na vzdělávacích aktivitách potřeba kontaktu s jinými lidmi. H4 je tímto nepotvrzena.

Respondenti většinou uváděli více než jeden důvod k účasti na vzdělávání. Ve většině případů uváděli respondenti kombinace uvedených možností. Patrně z tohoto důvodu výrazně nepřevažuje jen jediný důvod, který by byl pro respondenty stěžejní. Největší motivací je pro respondenty touha po udržení dobré psychické kondice, tato možnost byla respondenty označována 18 krát. Potřeba kontaktu je však pro respondenty také důležitá, společně s touhou po získávání nových informací byla tato možnost respondenty označena 16 krát.

Z těchto těsných výsledků a z faktu, že respondenti často označovali více než jednu z možností, patrně není možné určit pouze jeden důvod, který by dominoval u všech, kteří se vzdělávání účastní. To dokazují i odlišné výsledky výzkumů na toto téma (viz 3.3.2).

V souvislosti s uvedeným předpokladem je zajímavý fakt, že ačkoliv pro respondenty nebyl kontakt s jinými lidmi tou hlavní motivací, největším přínosem vzdělávání je pro ně právě posílení sociálních vazeb, tedy získání více přátel.

H5: V důvodech neúčasti na vzdělávání převažují dispoziční bariéry nad institucionálními a situačními bariérami.

H0: Četnosti dispozičních bariér a bariéry institucionální a situačních jsou stejné.

HA: Četnosti dispozičních bariér a skupiny bariér institucionálních a situačních nejsou stejné.

Kritická hodnota testovaného kritéria: 3,84

Testované kritérium: 65,18

Závěr: Po zpracování statistiky pomocí testu dobré shody χ^2 bylo zjištěno, že lze zamítnout nulovou hypotézu (H_0) a lze tedy přijmout alternativní hypotézu H_A . Při porovnání jednotlivých signifikancí je vyvrácena H_5 . S pravděpodobností 95 % nepřevažují v odpovědích respondentů bariéry dispoziční nad bariérami situačními a institucionálními.

Nejčastěji uváděným důvodem neúčasti na vzdělávání byl nedostatek času, což je bariéra situační, druhým nejčastěji uváděným důvodem je nedostatek zájmu o vzdělávací aktivity, za touto odpovědí se skrývá nedostatečná motivace ke vzdělávání, a to je bariéra dispoziční. Třetím nejčastěji uváděným důvodem je nepříznivý zdravotní stav, kterou lze řadit mezi bariéry situační. V důvodech neúčasti převládají u respondentů situační bariéry, zejména pak nedostatek času. Z některých vlastních odpovědí respondentů se dá odvodit, že nedostatek času respondentů je způsoben péčí o blízkou osobu, ale také vlastními aktivitami, jako je samostudium, luštění křížovek atd. Naopak institucionální bariéry se v odpovědích vyskytují nejméně. Tento fakt může být ovlivněn špatnou informovaností respondentů o vzdělávacích aktivitách.

Tabulka 8: Nejčastější bariéry podle pohlaví

Bariéra	Muži [%]	Ženy [%]
Nedostatek času	22	31
Nic mi nebrání nemám zájem	36	19
Zdravotní stav	24	21

Zdroj: vlastní šetření

Z hlediska pohlaví je pro muže nejčastější bariérou nedostatek zájmu, tedy nedostatečná motivace ke vzdělávání. Obecně se muži účastní vzdělávání méně než ženy, což potvrzuje nejen tento, ale i jiné výzkumy zabývající se vzděláváním seniorů. Pro ženy je největší bariérou nedostatek času. Nedostatek času může být u žen zapříčiněn zejména péčí o partnera nebo vnoučata. Třetí nejčastější důvod k neúčasti na vzdělávání – zdravotní stav je u obou pohlaví rozvrstven poměrně stejně.

5.5 Shrnutí empirického šetření

Hlavním cílem šetření bylo zjistit, které instituce, poskytující vzdělávání ve stáří, respondenti znají. Podle předpokladu respondenti nejčastěji uváděli univerzity třetího věku. Pro respondenty jsou také velmi známé knihovny, jako místa poskytující vzdělávací aktivity. Na druhou stranu kluby seniorů, které se nachází ve všech městech, kde dotazníkové šetření probíhalo, se v odpovědích téměř nevyskytovaly. Celkově je z mého pohledu informovanost respondentů, o možnostech vzdělávání v kraji, nízká. Vzdělávací aktivitu uvedla méně než polovina všech respondentů. Špatná informovanost může být způsobena nezájmem respondentů o vzdělávací aktivity, ale také nedostatečnou propagací vzdělávacích aktivit v kraji.

Dílčím cílem bylo zjistit, v jakých institucích se respondenti vzdělávání účastní nejčastěji. I zde byly U3V nejčastěji zmiňovanými institucemi. Nejčastěji se respondenti vzdělávají na U3V při Univerzitě Jana Evangelisty Purkyně v Ústí nad Labem. Tato U3V je ze všech U3V v kraji největší, zároveň poskytuje nejširší nabídku vzdělávacích aktivit (viz 5.1.1). Často se respondenti kromě vzdělávání na U3V věnují i jiné vzdělávací aktivitě např. v knihovnách, nebo klubech pro seniory.

Bariérou, která ovlivňuje účast respondentů na vzdělávání nejčastěji, je nedostatek času, což není bariéra, která by se v jiných výzkumech objevovala, mezi hlavními důvody neúčasti na vzdělávání, tak často. Jak bylo zmíněno výše, respondenti nemají dostatek času, protože se věnují vlastním aktivitám, někteří ještě pracují, někteří pečují o blízké osoby. Druhým nejčastějším důvodem je nedostatečná motivace k účasti na vzdělávání, která převažuje výrazněji u mužů. Nedostatečná motivace mužů se odráží v jejich obvykle výrazně nižší účasti na vzdělávacích aktivitách. Již výše zmiňovaná neinformovanost respondentů o vzdělávacích aktivitách se výrazně odrazila i v celkové nižším počtu vnějších bariér, jako je špatná dostupnost a nezajímavá nabídka aktivit.

S přibývajícím věkem respondentů se nezvyšuje pravděpodobnost zkušenosti s ageistickým chováním. V tomto empirickém šetření mělo zkušenost s diskriminací na základě věku paradoxně nejvíce respondentů z nejmladší věkové skupiny 60 – 64 let a nejméně z nejstarší věkové skupiny 75 – 89 let. Jako projevy diskriminačního chování respondenti uváděli bezohlednost, odměřenost, neochotu např. v MHD. Někteří

respondenti také vnímají změnu svého postavení ve společnosti kvůli svému věku. To dokazují následující odpovědi respondentů: „Jsi starý, tak zaujmi své místo.“ „Stáří = handicap.“ nebo „Dávají mi najevo, že už jsem starý.“ Zkušenost s diskriminací mají respondenti ze všech věkových skupin a také obou pohlaví. Zkušenost s diskriminací mají respondenti bez ohledu na dosažené vzdělání. Jsou zde zastoupeni jak respondenti se základním vzděláním, tak i s vysokoškolským vzděláním.

5.6 Diskuze k empirickému šetření

Z empirického šetření vyplývá, že dosažené vzdělání má vliv na účast na dalším vzdělávání ve stáří. Čím vyšší má respondent dosažené vzdělání, tím je vyšší pravděpodobnost, že se vzdělává. Zkušenosti s diskriminací v seniorském věku nejsou čtenější s přibývajícím věkem. Zkušenosti s diskriminací uvedli respondenti ze všech věkových skupin. Méně než polovina respondentů zná nějakou instituci, která poskytuje vzdělávací aktivity pro seniory. Ze 48 respondentů, kteří nějakou instituci uvedli, se 31 z nich vzdělávání účastní nebo účastní příležitostně. Pro respondenty jsou nejznámějšími institucemi univerzity třetího věku a knihovny, zejména Regionální knihovna Teplice. Největší a respondenty nejčastěji navštěvovanou institucí je U3V při UJEP. Nejčastější bariérou je pro respondenty nedostatek času a nedostatek zájmu.

Vliv dosaženého vzdělání na účast na vzdělávání potvrzuje nejen tento, ale i celá řada jiných výzkumů, jako je např. výzkum Rabušice (2008) nebo výzkum Respekt institutu (2010). Oba výzkumy prokázaly zejména velmi nízkou chuť učit se u lidí se základním vzděláním. Tohoto empirického šetření se neúčastnil žádný člověk se základním vzděláním, který by se dále vzdělával.

Celkově je četnost zkušeností seniorů s ageistickým chováním v tomto šetření relativně vysoká. Ve výzkumu Senioři ve společnosti, projektu Obdivuhodní senioři, který proběhl v Ústeckém kraji v roce 2004, mělo zkušenost s nevhodným chováním ze strany mladších spoluobčanů jen 4 % respondentů (Zich, Struhovský, 2005). Zatímco v tomto šetření má tyto zkušenosti 6 % respondentů. Výzkumy se většinou zabývají diskriminací lidí ve věku 50 + na trhu práce, kde jsou zkušenosti s diskriminací mnohem častější.

Ve výzkumu Situace vzdělávání v Ústeckém kraji z roku 2014 uvedlo 87 % respondentů, že zná U3V. Podle tohoto šetření uvedlo U3V jen 24 % respondentů. V tomto šetření byla otázka na znalost vzdělávacích institucí otevřená, na rozdíl od výše uvedeného výzkumu, kde byla možnost U3V uvedena. Je tedy možné, že někteří respondenti U3V znají, ale nedokázali si jej při vyplňování vybavit.

Hlavní důvody účasti na vzdělávání ve stáří se ve výzkumech spíše liší. Dle výzkumů prvních ročníků U3V Masarykovy univerzity v Brně byla tím nejčastějším důvodem touha udržet se v dobré psychické kondici (Adamec, Dan, Hošková, 2010, s. 375), zatímco ve výzkumu Anny Petřkové „Můj návrat do role studenta/studentky“ byla pro respondenty největším důvodem touha po seberealizaci. V tomto šetření byla nejčastějším důvodem touha po udržení se v dobré psychické kondici, ale tento důvod výrazně nepřevažoval.

V tomto výzkumu byl jako hlavní důvod neúčasti na vzdělávání uváděn nedostatek času. Tato bariéra se ve výzkumu Rabušice (2008, s. 283) objevila až jako čtvrtá nejčastější. Nejčastějším důvodem k neúčasti na vzdělávání byla domněnka, že by vzdělávací aktivita neměla smysl. Ve výzkumu Naděždy Hrapkové, který zkoumal důvody k zanechání účasti na studiu na U3V se nedostatek času mezi bariérami neobjevil vůbec. Zde byly nejčastějším důvodem zdravotní problémy (in Balogová a kolektiv, 2008, s. 22).

Z empirického šetření je patrné, že obyvatelé Ústeckého kraje jsou velmi málo informováni o možnostech vzdělávání v kraji. Jak vyplývá z důvodů neúčasti na vzdělávání, které respondenti uváděli, může za to zejména nedostatek času a nezájem o vzdělávací aktivity. Domnívám se, že nezájem respondentů o vzdělávací aktivity je způsoben nízkou informovaností o přínosech této aktivity. Řešením by mohlo být větší zapojení krajů a obcí do osvěty obyvatelstva o přínosech a možnostech vzdělávání.

V Ústeckém krajském plánu vyrovnávání příležitostí pro osoby se zdravotním postižením na období 2015 – 2018 je v plánu pořádat pro seniory vzdělávací akce pro zvýšení PC gramotnosti (Ústecký kraj, 2015). V implementační části Programu rozvoje Ústeckého kraje 2014 – 2020 jsou jedním z témat vhodných k realizaci: „vzdělávací, sociální a zdravotnické služby (různé kombinace služeb a potřebné infrastruktury pro

vybrané skupiny obyvatel, např. seniory). “ (Ústecký kraj, 2013). Z rozvojových plánů pro Ústecký kraj je vidět snahu o zařazení některých vzdělávacích služeb pro seniory v kraji.

6 Závěr

S postupným stárnutím obyvatelstva se bude obyvatelstvo v seniorském věku stávat stále více heterogenní skupinou s rozdílnými potřebami a představami o svém životě. Úkolem státu je v budoucnu zajistit nejen dostatečnou zdravotní péči a vhodnou sociální politiku, která by zajišťovala důstojný život ve stáří, ale zároveň učinit kroky, které povedou k aktivnímu zapojení seniorů do veřejného života, a to zejména prostřednictvím vzdělávacích aktivit.

V této práci byly popsány změny, které v průběhu stárnutí mohou člověka provázet, jak se vyvíjela a bude vyvíjet demografie obyvatelstva v České republice a ve světě a práce představila koncept aktivního stárnutí. Dále byla popsána diskriminace ve stáří a zneužívání seniorů a jeho formy. V kapitole zabývající se vzděláváním seniorů byla uvedena specifika vzdělávání ve stáří v oblasti přípravy vzdělávací akce, motivace seniorů k účasti na vzdělávání a důvody neúčasti na vzdělávání. V rámci čtvrté kapitoly byly představeny nejznámější vzdělávací instituce pro seniory v České republice.

Cílem empirického šetření bylo zjistit, jaké instituce, poskytující vzdělávání ve stáří, respondenti znají. Dílčím cílem bylo zjistit, v jakých institucích se respondenti nejčastěji vzdělávají, jaké bariéry brání respondentům v účasti na vzdělávání a zda se s přibývajícím věkem zvyšuje pravděpodobnost zkušenosti s ageistickým chováním.

Dle předpokladu byly U3V pro respondenty nejčastěji uváděnou institucí, která vzdělávání poskytuje, druhou nejčtenější institucí byly knihovny, naopak kluby pro seniory byly uvedeny pouze v několika málo případech, přestože jsou zastoupeny ve všech městech, kde šetření probíhalo. U3V jsou zároveň i respondenty nejčastěji navštěvované instituce, kde se vzdělávají. Respondenti se nejčastěji vzdělávají na U3V při UJEP, což je největší poskytovatel vzdělávání pro seniory v kraji.

Nejčastěji uváděnými překážkami, které brání respondentům v účasti na vzdělávání, byl nedostatek času a nezájem o vzdělávací aktivity. Z některých vlastních odpovědí respondentů lze nedostatek času přičíst např. zaměstnání, vlastním aktivitám, péčí o partnera nebo jinou blízkou osobu... Nedostatek zájmu lze vysvětlit celkovou neinformovaností respondentů o přínosech vzdělávání a neznalostí možností vzdělávání

v kraji. To, že respondenti nejsou dostatečně informováni o možnostech vzdělávání v kraji, dokazuje i celkově nízký počet uvedených vnějších bariér – tedy např. nezajímavé kurzy nebo špatná dostupnost.

Obyvatelé Ústeckého kraje jsou o možnostech vzdělávání v kraji informováni velmi málo. Více než polovina z nich nedokázala uvést žádnou vzdělávací aktivitu, která by probíhala v okrese, ve kterém žijí. Toto zjištění by mohlo být východiskem pro případná opatření v rámci kraje, která by vedla k vyšší informovanosti obyvatel o možnostech vzdělávání v kraji a hlavně o přínosech vzdělávání ve stáří. Vyšší informovanost by následně vedla k vyšší účasti obyvatel Ústeckého kraje na vzdělávání ve stáří a většímu zájmu o aktivní stárnutí.

Zkušenost s ageistickým chováním není v seniorské populaci ovlivněna věkem. Zkušenost s nějakou formou diskriminace ze strany mladších obyvatel mají respondenti ze všech věkových skupin. Celkově je zkušenost s diskriminací na základě věku o něco vyšší než byla v průzkumu Senioři ve společnosti před 11 lety. V budoucnu bude zajímavé sledovat, zda se vyplnily představy Giddense o „bezvěké společnosti“, ve které diskriminace na základě věku úplně vymizí.

Podpora seniorské populace v cestě za aktivním stárnutím by měla, kromě státu a jedince samotného, vycházet od celé společnosti. S postupnou ztrátou fyzické síly a se stále se snižující schopností adaptace v rychle se měnící společnosti je pro seniora velmi důležitý pocit soběstačnosti a vlastní integrity. Vzdělávání ve stáří může být cestou nejen k aktivnímu prožití stáří, ale i k posílení sebedůvěry a pocitu užitečnosti. Je tedy potřeba, aby společnost podporovala tyto aktivity a byla tak všem zajištěna možnost důstojného stárnutí.

7 Soupis bibliografických citací

ADAMEC, Petr, DAN, Jiří a Barbora HOŠKOVÁ. The contribution of universities of the third age to senior citizens's quality life. In: ŘEHULKA, Evžen. *Health education: contexts and inspiration*. 1. vyd. Brno: MSD, 2010, 432 s. ISBN 978-807-3921-323.

AKADEMICKÝ KLUB TŘETÍHO VĚKU. *Informace o VU3V*. [online]. 2011 [cit. 2015-02-08]. Dostupné z: <http://www.klubaktiv.cz/info>.

AU3V. *Dlouhodobý záměr*. [online]. 2008 [cit. 2015-02-08]. Dostupné z: <http://www.au3v.org/home/podani-a-vize/dlouhodoby-zamer>.

BALOGOVÁ, Beáta a kolektiv. *Svet seniora - senior vo svete*. 1. vyd. Prešov: Filozofická fakulta Prešovskej univerzity v Prešově, 2008, 228 s. ISBN 978-80-8068-814-1.

BALOGOVÁ, Beáta a Monika ŽUMÁROVÁ. *Medzigeneračné mosty*. 1. vyd. Košice: Menta media, 2009, 112 s. ISBN 978-808-9392-087.

BENEŠ, Milan. *Andragogika*. 2. aktualiz. a rozš. vyd. Praha: Grada, 2014, 176 s. ISBN 978-802-4748-245.

BENEŠOVÁ, Dana. *Gerontagogika: vybrané kapitoly*. 1. vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského Praha, 2014, 136 s. ISBN 978-807-4520-396.

BOHÁČEK, Radim. *Chudoba*. In: SHARE [online]. 2014 [cit. 2015-02-06]. Dostupné z: http://share.cerge-ei.cz/zpravodaj/SHARE_2014_01_chudoba.pdf.

BURCIN, Boris a Tomáš KUČERA. *Prognóza populačního vývoje České republiky na období 2008-2070*. In: Ministerstvo práce a sociálních věcí [online]. 2010 [cit. 2014-11-21]. Dostupné z: http://www.mpsv.cz/files/clanky/8842/Prognóza_2010.pdf.

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. 2012a. *ČSÚ statistiky nezkresluje*. [online]. 2012 [cit. 2015-01-16]. Dostupné z: http://www.czso.cz/csu/tz.nsf/i/csu_statistiky_nezkresluje_20121001.

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. *Věková struktura obyvatel podle dat sčítání lidu* [online]. 2013 [cit. 2015-05-10]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/documents/10180/20551781/170217-14.docx/b43c76d2-0163-4d82-be4f-45cfc94cf61a?version=1.0>.

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. 2012b. *Obyvatelstvo ve věku 15 a více let podle nejvyššího ukončeného vzdělání podle krajů*. [online]. 2012 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: [http://www.czso.cz/csu/2012edicniplan.nsf/t/9500339D72/\\$File/pvcr042.pdf](http://www.czso.cz/csu/2012edicniplan.nsf/t/9500339D72/$File/pvcr042.pdf).

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. 2014a. *Tab. 01.01 Vybrané demografické údaje (1989-2013)*. [online]. 2014 [cit. 2015-02-06]. Dostupné z: [http://www.czso.cz/csu/2014edicniplan.nsf/t/D9003FD945/\\$File/3201814_0101.pdf](http://www.czso.cz/csu/2014edicniplan.nsf/t/D9003FD945/$File/3201814_0101.pdf).

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. 2014b. *Nejnovější informace o kraji*. [online]. 2014 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: <http://www.czso.cz/xu/redakce.nsf/i/home>.

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. 2014c. *Základní tendence demografického, sociálního a ekonomického vývoje Ústeckého kraje v roce 2013* [online]. 2014 [cit. 2015-03-15]. Dostupné z: [http://www.czso.cz/xu/redakce.nsf/i/zakladni_tendence_demografickeho_socialniho_a_ekonomickeho_vyvoje_usteckeho_kraje_v_roce_2013/\\$File/33000614a.pdf](http://www.czso.cz/xu/redakce.nsf/i/zakladni_tendence_demografickeho_socialniho_a_ekonomickeho_vyvoje_usteckeho_kraje_v_roce_2013/$File/33000614a.pdf).

ČESKÝ STATISTICKÝ ÚŘAD. 2014d. *Věkové složení obyvatelstva v obcích Ústeckého kraje k 31. 12. 2013*. [online]. 2014 [cit. 2015-03-15]. Dostupné z: http://www.czso.cz/xu/redakce.nsf/i/vekove_slozeni_obyvatelstva.

ČESKÁ SPRÁVA SOCIÁLNÍHO ZABEZPEČENÍ. 2014a. *V prvním pololetí 2014 dosáhla průměrná výše starobního důchodu 11 050 Kč. Muži pobírali v průměru o 2 200 Kč vyšší důchod než ženy*. [online]. 2014 [cit. 2015-02-12]. Dostupné z: <http://www.cssz.cz/cz/o-cssz/informace/media/tiskove-zpravy/tiskove-zpravy-2014/2014->

09-17-v-prvnim-pololeti-2014-dosahla-prumerna-vyse-starobniho-uchodu-11-050-kc.-muzi-pobirali-.html.

ČESKÁ SPRÁVA SOCIÁLNÍHO ZABEZPEČENÍ. 2014b. *Statistická ročenka z oblasti důchodového pojištění 2013*. 1. vyd. Praha: Česká správa sociálního zabezpečení, 2014. ISBN 978-80-87039-36-6.

CROSS, K. Patricia. *Adults as Learners: increasing participation and facilitating learning*. San Francisco: Jossey-Bass, 1981, 300 s. ISBN 0-87-589-491-7.

ČVUT. *Nabídka kurzů U3V pro letní semestr 2014/2015*. [online]. 2015 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: <http://cvutdecin.cz/u3v.html>.

EVROPSKÁ KOMISE. *Glossary: Ageism*. In: European commission justice [online]. 2015 [cit. 2015-02-06]. Dostupné z: http://ec.europa.eu/justice/glossary/index_en.htm#glossary-a.

EVROPSKÁ KOMISE. *Towards a Europe for All Ages: Promoting Prosperity and Intergenerational Solidarity*. [online]. 1999 [cit. 2015-01-16]. Dostupné z: http://ec.europa.eu/employment_social/social_situation/docs/com221_en.pdf.

FINDSEN, Brian a Marvin FORMOSA. *Lifelong learning in later life: a handbook on older adult learning*. 1.vyd. Rotterdam: Sense Publishers, 2011, 218 s. ISBN 978-946-0916-496.

FREEBORN, Donna. *Older Adults and the Importance of Social Interaction*. [online]. 2014 [cit. 2015-01-16]. Dostupné z: <http://www.urmc.rochester.edu/encyclopedia/content.aspx?ContentTypeID=1&ContentID=4513>.

HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Velký psychologický slovník*. 4. vyd. Praha: Portál, 2010, 797 s. ISBN 978-80-7367-686-5.

HAŠKOVCOVÁ, Helena. *Fenomén stáří*. 2. podstatně přeprac. a dopl. vyd. Praha: Havlíček Brain Team, 2010, 365 s. ISBN 978-80-87109-19-9.

HOLCZEROVÁ, Vladimíra a Dagmar DVOŘÁČKOVÁ. *Volnočasové aktivity pro seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2013, 96 s. ISBN 978-802-4746-975.

JANIŠ, Kamil. Vzdělávání seniorů. In: ONDRÁKOVÁ, Jana. *Vzdělávání seniorů a jeho specifika*. 1. vyd. Červený Kostelec: Pavel Mervart, 2012, 168 s. ISBN 978-807-4650-383.

JAROLÍMOVÁ, Eva, HOLMEROVÁ, Iva, JURAŠKOVÁ, Božena, ZIKMUNDOVÁ, Květuše a kol. *Vybrané kapitoly z gerontologie*. 3. přeprac. a dopl. vyd. Praha: EV public relations, 2007, 143 s. ISBN 978-80-254-0179-8.

KALVACH, Zdeněk, ZADÁK, Zdeněk, JIRÁK, Roman, ZAVÁZALOVÁ, Helena, SUCHARDA, Petr a kolektiv. *Geriatric a gerontologie*. 1. vyd. Praha: Grada, 2004, 861 s. ISBN 80-247-0548-6.

KALVACH, Zdeněk. *Měla by nastat "bezvěká" společnost*. [online]. 2014 [cit. 2015-04-22]. Dostupné z: <http://www.invarena.cz/?p=18279>.

KLEVETOVÁ, Dana a Irena DLABALOVÁ. *Motivační prvky při práci se seniory*. 1. vyd. Praha: Grada, 2008, 202 s. ISBN 978-80-247-2169-9.

KLUB AKTIVNÍHO STÁŘÍ. *Centrum celoživotního vzdělávání*. [online]. 2014 [cit. 2015-02-16]. Dostupné z: <http://www.aktivnistari.eu/56-centrum-celozivotniho-vzdelavani-ccv>.

KLUB AKTIVNÍHO STÁŘÍ. *Experimentální univerzita pro prarodiče a vnoučata*. [online]. 2014 [cit. 2015-02-06]. Dostupné z: <http://www.aktivnistari.eu/57-experimentalni-univerzita-pro-prarodice-a-vnoucata>.

KOMENSKÝ, Jan Amos. *Vševýchova: Pampaedia*. 1.vyd. Praha: Státní nakladatelství, 1948, 269 s.

KOLESÁROVÁ, Karolína a Petr SAK. *Sociologie stáří a seniorů*. 1.vyd. Praha: Grada, 2012, 225 s. ISBN 978-80-247-3850.

KOLESÁROVÁ, Karolína a Petr SAK. *Zpráva z výzkumu: „Názory a postoje české populace k seniorům“*. In: Britské listy [online]. 2008 [cit. 2015-02-06]. Dostupné z: http://blisty.cz/files/2009/07/24/4_kvantitativni_vyzkum_populace_fin_2008.pdf.

KŘIVOHLAVÝ, Jaro. *Psychologie nemoci*. 1. vyd. Praha: Grada, 2002, 198 s. ISBN 80-247-0179-0.

KŠIŇAN, Albert. *Senioři v rukou šmejdu*. [online]. 2013 [cit. 2015-01-16]. Dostupné z: <http://psychologie.cz/seniori-v-rukou-smejdu/>.

LANGMEIER, Josef a Dana KREJČÍŘOVÁ. *Vývojová psychologie*. 2. aktualiz. vyd. Praha: Grada, 2006, 368 s. ISBN 80-247-1284-9.

LIVEČKA, Emil. *Úvod do gerontopedagogiky*. Praha: Ústav školských informací při ministerstvu školství ČSR, 1979, 233 s.

LORMAN, Jan. Existuje diskriminace a zneužívání seniorů v ČR? In: *Postavení a diskriminace seniorů v České republice* [online]. 1.vyd. Praha: Ministerstvo práce a sociálních věcí České republiky, 2006, 139 s. [cit. 2015-01-16]. ISBN 80-868-7852-X. Dostupné z: http://www.mpsv.cz/files/clanky/3482/sbornik_diskriminace.pdf.

MARHÁNKOVÁ, Jaroslava. *Matky samoživitelky a jejich situace v České republice: „Sandwichová generace“ – kombinování práce a péče o závislé členy rodiny (děti a seniory)*. [online]. 2011 [cit. 2015-01-16]. Dostupné z: http://www.genderstudies.cz/download/samozivitelky_sendwichova.pdf.

MARHÁNKOVÁ, Jaroslava a Martina ŠTÍPKOVÁ. *Typologie prarodičovství v české společnosti – faktory ovlivňující zapojení prarodičů do péče o vnoučata*. In: *Naše společnost* [online]. Praha, 2014, roč. 2014, č. 1 [cit. 2015-02-12]. ISSN 1214-438X.

Dostupné z: http://cvvm.soc.cas.cz/media/com_form2content/documents/c3/a7237/f11/Na%C5%A1e%20spole%C4%8Dnost%202014_1.pdf.

MĚSTSKÁ KNIHOVNA DĚČÍN. *Přehled kurzů*. [online]. 2015 [cit. 2015-03-15]. Dostupné z: <http://vzdelavani.dcknihovna.cz/2014-2015/prehled-kurzu>.

MÜHLPACHR, Pavel. *Gerontopedagogika*. 1. dotisk 1. vyd. Brno: Masarykova univerzita v Brně, 2004, 203 s. ISBN 80-210-3345-2.

MÜHLPACHR, Pavel. *Univerzity třetího věku jako forma socioedukativní intervence u seniorů*. In: *Pedagogika* [online]. 2002, č. 1 [cit. 2015-02-08]. Dostupné z: <http://pages.pedf.cuni.cz/pedagogika/?p=2006>.

MPSV. *Národní akční plán podporující pozitivní stárnutí pro období let 2013 až 2017*. [online]. 2012 [cit. 2015-01-16]. Dostupné z: http://www.mpsv.cz/files/clanky/14540/III_vlada_Akcni_plan_staruti.pdf.

MPSV. *Strategie sociálního začleňování 2014 - 2020*. [online]. Praha, 2014 [cit. 2015-02-12]. Dostupné z: http://www.mpsv.cz/files/clanky/17082/strategie_soc_zaclenovani_2014-20.pdf.

NEFLT. *Situace vzdělávání seniorů v Ústeckém kraji*. [online]. 2014 [cit. 2015-03-15]. Dostupné z: http://neflt.ujep.cz/sites/default/files/ustecky_kraj_vzdelavani_senioru.pdf.

OSN. *Abuse of older persons: recognizing and responding to abuse of older persons in a global context*. [online]. 2002 [cit. 2015-01-16]. Dostupné z: <http://www.un.org/swaa2002/ecn52002pc2eng.pdf>.

OSN. *World Population Ageing 2013*. [online]. New York, 2013 [cit. 2014-11-21]. Dostupné z: <http://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WorldPopulationAgeing2013.pdf>.

PALMORE, Erdman Ballagh. *Ageism: negative and positive*. 2. vyd. New York: Springer Pub., 1999, 266 s. ISBN 08-261-7002-1.

PACOVSKÝ, Vladimír. *O stárnutí a stáří*. 1. vyd. Praha: Avicenum, 1990, 135 s. ISBN 80-201-0076-8.

PALÁN, Zdeněk a Tomáš LANGER. *Základy andragogiky*. 1.vyd. Praha: Univerzita Jana Amose Komenského, 2008, 184 s. ISBN 978-808-6723-587.

PETŘKOVÁ, Anna a Rozália ČORNANIČOVÁ. *Gerontagogika: Úvod do teorie a praxe edukace seniorů*. 1.vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2004, 92 s. ISBN 80-244-0879-1.

PUNCH, Keith. *Úspěšný návrh výzkumu*. 1.vyd. Praha: Portál, 2008, 230 s. ISBN 978-80-7367-468-7.

RABUŠIC, Ladislav. *Česká společnost stárne*. In: Sborník prací filosofické fakulty brněnské univerzity. Brno: Masarykova univerzita, 1993, 52 s. ISBN 80-210-0925-X ISSN 0231-5122. Dostupné z: <http://hdl.handle.net/11222.digilib/111558>.

RABUŠIC, Ladislav a Milada RABUŠICOVÁ. *Učíme se po celý život?: o vzdělávání dospělých v České republice*. 1.vyd. Brno: Masarykova univerzita, 2008, 339 s. ISBN 978-80-210-4779-2.

RABUŠICOVÁ, Milada, KAMANOVÁ, Lenka a Kateřina PEVNÁ. *Mezigenerační učení: Učit se mezi sebou v rodině*. In: *Studia paedagogica* [online]. 2012, roč. 17, č. 1 [cit. 2015-02-12]. Dostupné z: <http://www.phil.muni.cz/journals/index.php/studia-paedagogica/article/view/311/429>.

RAMLÍKOVÁ, Dana a Marek WEISSBROD. *Historie a současný systém Seniorgymnázia*. In: *Seniorgymnázium* [online]. 2012 [cit. 2015-02-16]. Dostupné z: http://mcmp.cz/uploads/ke_stazeni/metodika/projekty/seniori/2012/Komplet_bro%C5%BE_ura_20_let%20delena%20opr%20pro%20pdf%281%29.pdf.

REGIONÁLNÍ INFORMAČNÍ SERVIS. *Vybrané geografické údaje okresů k 1. 1. 2014*. [online]. 2014 [cit. 2015-03-15]. Dostupné z: <http://www.risy.cz/cs/krajske-ris/ustecky-kraj/okresy/>.

REGIONÁLNÍ KNIHOVNA TEPLICE. *Aktuálně*. [online]. 2015 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: [http://www.knihovna-teplice.cz/index.php?stranka\[\]=1](http://www.knihovna-teplice.cz/index.php?stranka[]=1).

REICHEL, Jiří. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. 1.vyd. Praha: Grada, 2009, 184 s. ISBN 978-80-247-3006-6.

RESPEKT INSTITUT. *Závěrečná studie 50+ Aktivně*. [online]. 2010 [cit. 2015-03-16]. Dostupné z: <http://www.respektinstitut.cz/zaverecna-studie-50-aktivne/>.

SENIOR TEPLICE. *Kanape*. [online]. 2015 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: <http://www.seniorteplice.cz/?/kanape>.

SENZAČNÍ SENIOŘI. *O klubu*. [online]. 2014 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: <http://kss-zvonkohra.sensen.cz/o-klubu/>.

STUART-HAMILTON, Ian. *The psychology of ageing: an introduction*. 4 vyd. Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 2006, 336 s. ISBN 18-431-0426-1.

SVĚTOVÁ ZDRAVOTNICKÁ ORGANIZACE. 2002a. *Active Ageing: A Policy Framework*. [online]. 2002 [cit. 2015-01-16]. Dostupné z: http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/who_nmh_nph_02.8.pdf.

SVĚTOVÁ ZDRAVOTNICKÁ ORGANIZACE. 2002b. *World report on violence and health*. 1.vyd. Geneva: World Health Organization, 2002, 346 s. ISBN 92-415-4561-5.

SVĚTOVÁ ZDRAVOTNICKÁ ORGANIZACE. *Definition of an older or elderly person*. [online]. 2015 [cit. 2015-01-16]. Dostupné z: <http://www.who.int/healthinfo/survey/ageingdefnolder/en/>.

SVKUL. *Internet pro seniory a rodiče na rodičovské dovolené*. [online]. 2015 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: <http://www.svkul.cz/pro-ctenare/exkurze/>.

SÝKOROVÁ, Dana. *Autonomie ve stáří: kapitoly z gerontosociologie*. 1.vyd. Praha: Slon, 2007, 284 s. ISBN 978-80-86429-62-5.

ŠERÁK, Michal. *Zájmové vzdělávání dospělých*. 1.vyd. Praha: Portál, 2009, 207 s. ISBN 978-80-7367-551-6.

ŠERÁK, Michal. System of Education of Older Adults in the Czech Republic. In: KOČIÁNOVÁ, Renata et al. *Analysis and comparison of forms and methods for the education of older adults in the V4 countries*. 1.vyd. Praha: Filosofická fakulta Univerzity Karlovy, 2013, 182 s. ISBN 978-80-7308-504-9.

ŠIMANDLOVÁ, Nikola. *Age management – příklady z dobré firemní praxe*. In: Ministerstvo práce a sociálních věcí [online]. 2013 [cit. 2015-01-16]. Dostupné z: http://www.mpsv.cz/files/clanky/16164/Age_management_a_zkusenosti_ze_zahranici.pdf.

TOŠNEROVÁ, Tamara. *Ageismus: průvodce stereotypy a mýty o stáří*. [online]. 1.vyd. Praha: Ambulance pro poruchy paměti, 2002, 45 s. [cit. 2015-02-06]. ISBN 80-238-9506-0. Dostupné z: http://aa.ecn.cz/img_upload/07bc9d1453b4bc61934a7ebb36075df2/ageismus.pdf.

UJEP. *Univerzita třetího věku UJEP*. [online]. 2013 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: <http://www.ujep.cz/userfiles/file/Bro%C5%BEura%20U3V%202013%20-%202015.pdf>.

UNFPA. *Ageing in the Twenty-First Century: A Celebration and A Challenge* [online]. 2012. New York: United Nations Population Fund [cit. 2015-05-10]. ISBN 978-0-89714-981-5. Dostupné z: <http://www.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/Ageing%20report.pdf>.

ÚSTECKÝ KRAJ. *Program rozvoje Ústeckého kraje: Implementační část*. [online]. 2013 [cit. 2015-03-25]. Dostupné z: <http://www.kr-ustecky.cz/program-rozvoje-usteckeho-kraje-2014-2020/ds-99668>.

ÚSTECKÝ KRAJ. *Ústecký krajský plán vyrovnávání příležitostí pro osoby se zdravotním postižením na období 2015 - 2018*. [online]. 2015 [cit. 2015-03-25]. Dostupné z: http://www.kr-ustecky.cz/vismo/zobraz_dok.asp?id_org=450018&id_ktg=77664&n=informace-pro-poskytovatele-socialnich-sluzeb&query=%C3%9Asteck%C3%BD+krajsk%C3%BD+pl%C3%A1n.

VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie II.: dospělost a stáří*. 1.vyd. Praha: Karolinum, 2007, 461 s. ISBN 978-80-246-1318-5.

VAVŘÍN, Petr. *Vzdělávání pro seniory v České Republice*. In: Asociace univerzit třetího věku [online prezentace]. 2012 [cit. 2015-08-2]. Dostupné z: http://www.mpsv.cz/files/clanky/14187/Vzdelavani_pro_seniory_U3V_EY2012.ppt.

VENGLÁŘOVÁ, Martina. *Problematické situace v péči o seniory: příručka pro zdravotnické a sociální pracovníky*. 1. vyd. Praha: Grada, 2007, 96 s. ISBN 978-802-4721-705.

VIDOVIČOVÁ, Lucie a Ladislav RABUŠIC. *Senioři a sociální opatření v oblasti stárnutí v pohledu české veřejnosti*. In: VÚPSV [online]. 2003 [cit. 2015-01-16]. Dostupné z: <http://www.mature-project.eu/materials/vidrab.pdf>.

VIDOVIČOVÁ, Lucie. *O ageismu*. In: Ageismus [online]. 2006 [cit. 2015-01-16]. Dostupné z: <http://www.ageismus.cz/index.php?m=2&lang=cz>.

VIDOVIČOVÁ, Lucie. *Stárnutí, věk a diskriminace - nové souvislosti*. 1. vyd. Brno: Mezinárodní politologický ústav Masarykovy univerzity, 2008, 233 s. ISBN 978-80-210-4627-6.

VŠKV. *Univerzita třetího věku – VŠKV Rumburk*. [online]. 2015 [cit. 2015-03-08]. Dostupné z: <http://www.vskv.cz/o-skole/univerzita-tretiho-veku/rumburk/>.

ZICH, František a Václav STRUHOVSKÝ. *Senioři ve společnosti*. In: Obdivuhodní senioři [online]. 2005 [cit. 2015-03-26]. Dostupné z: <http://www.dcul.cz/stranky/programy/seniori.htm>.